

原著

糖尿病性腎症に対する毎日の食事記録がたんぱく質・食塩制限に及ぼす効果

芦田美緒¹⁾、吉田洋子²⁾、原 茂子³⁾、櫛山暁史²⁾、田中健太郎²⁾、
小林孝子¹⁾、岩佐瑞枝¹⁾、越野 彩¹⁾、藤原江美¹⁾、河津捷二²⁾

¹⁾公益財団法人朝日生命成人病研究所附属医院栄養管理室
²⁾公益財団法人朝日生命成人病研究所附属医院糖尿病代謝科
³⁾虎の門病院 沖中記念成人病研究所

要旨：糖尿病性腎症の食事指導において、食事記録を毎日つけるよう勧めることがたんぱく質制限と食塩制限に有用か検討した。対象は23名で、無作為化割り付けで毎日の食事記録を勧める群（記録群）と毎日勧めない群（非記録群）に分け、記録や面接をもとに半年間食事指導を行った。たんぱく質摂取量、食塩摂取量の解析には尿検査データを用いた。

たんぱく質摂取量は記録群でのみ有意な減少を認めたが（ベースライン：半年後 0.95 ± 0.24 : 0.86 ± 0.27 g/kgBW/day、 $P=0.04$ ）、たんぱく質摂取変化量は両群間に有意差を認めなかった。記録群はベースラインのたんぱく質摂取量が非記録群に比べ有意に低値であり（記録群：非記録群 0.95 ± 0.24 : 1.20 ± 0.22 g/kgBW/day、 $P=0.02$ ）、遵守率が有意に高率であった（7/12（58.3%）：0/11（0%）、 $P=0.0046$ ）。ベースラインと半年後の遵守率は両群ともに有意差を認めなかった。たんぱく質摂取量が減少した者の割合は両群間に有意差を認めなかった。

一方、食塩摂取量は両群ともに有意な減少を認めず、食塩摂取変化量は両群間に有意差を認めなかった。ベースラインと半年後の遵守率は両群ともに有意差を認めなかった。食塩摂取量が減少した者の割合は、記録群が非記録群より有意に高率であった（8/12（66.7%）：2/11（18.2%）、 $P=0.02$ ）。

以上より、食事記録を毎日つけるよう勧めることによりたんぱく質摂取量が減少する可能性が示唆された。ベースラインのたんぱく質摂取量に差があったことや、症例数が少ないことが影響した可能性もあり、継続して検証したい。

Key Words : 糖尿病性腎症、食事指導、セルフモニタリング、たんぱく質制限、食塩制限

〒103-0002

東京都中央区日本橋馬喰町2-2-6(朝日生命須長ビル4階)
公益財団法人朝日生命成人病研究所附属医院栄養管理室
芦田美緒

TEL : 03-3639-5501(代表)

03-3639-5518(栄養管理室直通)

FAX : 03-3639-5520

E-mail : m-kayano@asahi-life.or.jp

受付日 : 平成26年6月3日

採択日 : 平成27年4月6日