

目的 我々はこれまで外来糖尿病患者の食事調査を行ってきたが、栄養摂取量とコントロールの間には必ずしも強い相関を認めにくい。そこで今回は食事摂取意識についてあわせて調査を行なった。また、近年糖尿病治療における食物繊維の有効性が注目されているが、統一された食品成分表がまだないため、今回は粗繊維摂取量をめやすとして、食物繊維の多く含まれる食品の摂取量と意識について検討した。

方法 昭和58年5月から8月に鈴森内科クリニック外来糖尿病患者 208名を対象として30項目について面接による意識調査を行った。その際食事表を手渡し、自宅で3日間の食事を記入させ、後日回収し(回収率92.3%, 192名)1日平均栄養摂取量を算出した。

結果 1日平均エネルギー摂取量は、指示エネルギー1600 kcal ($n=80$)の者で 1142 ± 202 kcalと少なく、1600 kcal以下が63%を占めていた。また、指示エネルギー1800 kcal ($n=105$)の者では、 1624 ± 242 kcalで、75%の者が指示エネルギーを下回っていた。意識調査において、自己の指示エネルギーを正しく覚えている者は64.4%であり、少なく答えた者8.9%、多く答えた者13.2%、無回答13.5%であった。指示エネルギーを正しく覚えていた者の割合はコントロール Good群で72.1%、Moderately群が49.0%であった。粗繊維摂取量は 3.6 ± 1.1 g/dayであり、これを糖尿病治療のための食品交換表でみると、表6, 表1, 表2, 表3, 表7の順で授けられていた。また食物繊維含量の多い食品はコントロール Good群が治療前に比べて治療後に多く摂取するよう意識していたが、実際の摂取量とコントロールの間には相関はみられなかった。