

# A-3 爪による栄養評価に関する検討 —蛋白質栄養と爪中窒素含量との 関係—

日女大家政 武藤 静子  
○宮原千穂子

1. 爪の伸び方、形状、螢光、あるいは成分組成と健康状態や栄養状態との間に何らかの関係を見出そうとする試みは比較的古くからなされているが、未だ決定的な結論は得られていない。本研究室では1965年、低学年学童、幼児を対象に、爪窒素含量と蛋白質栄養との関係を検索し、両者間に一定関係のある事を示唆する結果を得たが、調査された食生活実態に疑義が残ったので、今回はその点を明らかにする目的で成人を対象に検索を進めた。

2. 研究を二部に分け、第一部では食事 control の可能な研究員を対象とし普通食期、高蛋白食期、低蛋白食期を設け、爪窒素含量との関係を追求した。第二部では明らかに高蛋白食あるいは低蛋白食であるとみなされる対象を選び、その爪窒素含量を比較した。爪窒素含量測定と平行して食事調査を行い、又第一部対象については爪の伸び重量、尿中窒素、クレアチニン、血液成分等についても調べた。

3. 第一部対象の爪窒素含量は個人間、個人内に変動係数2%前後の変動がみられるのみであるが、高蛋白食期には低蛋白食期より全体に高値を示した。第二次対象では食事の比較的良質であった母子寮の母親、菜食主義学園の学生、生徒、プロボクサーの窒素含量は比較的高く、老人ホーム収容者、修業僧に比較的低く、大学柔道部員が中間を示した。