

目的 寝食を共にする女子高校生の貧血と食生活の関連調査にあたり、Ⅰ報において全体的な把握を行ったが、Hb値を基に分類し、貧血や貧血傾向の原因を探り、改善の手がかりとすることを目的とし、比較検討を行った。なお、貧血者の改善例も併せて報告する。

方法 Ⅰ報と同様であるが、Hb 12g/dl以下8名(A) 12~13g/dl未滿23名(B) 13~14g/dl未滿32名(C) 14g/dl以上7名(D)の4グループに分類した。但しAグループにおいては、Hbが9.7g/dlの者1名、11.1~11.9g/dlの者7名であった。

結果 (1)身長はHb値の低いグループ程大きく、体重もAグループが最も重く、次でD、B、Cグループの順であった。肥満度はD、A、B、Cグループの順となり、体重、肥満度においてDグループの標準偏差値は高かった。(2)血液性状では、Hb、Ht、Gb、Fe共に4グループ間に有意の差がみられた。(3)グループ別に算出した平均栄養所要量に対する栄養素摂取状況は、寮食ではたん白質は良好であったが、他の栄養素は少なく、特にAグループの摂取状況が悪かった。しかし、家庭食においてはDグループが少なかった。(4)食品群別摂取状況は、寮、家庭食における各グループ間の摂取量には、家庭食の油脂以外はいずれにも有意の差はみられなかった。(5)運動状況は、Aグループの者が良く運動をしていたが、B、C、Dグループの順に悪かった。(6)Hb値9.7g/dlの者は、MCV75で明らかに鉄欠乏性貧血と思われたが、運動選手のため激しいトレーニングにより、エネルギーの収支のアンバランスが続いていた。今春、本大学に入学後は、栄養指導のもとに自炊生活を行い、7月にはHbをはじめ、血液性状は正常値を示し、体調も良好になった。