

目的 近年、世界的に日本型食生活に注目がよせられているものの、食塩摂取過剰は健康管理上問題とされている。先に日常生活における唾液中のα-アミラーゼ活性の変動について報告した。本稿では前報同様、健康な女子大生を対象とし、塩味に対する嗜好及び食塩摂取量が汗、血液及び尿中の食塩濃度に及ぼす影響について検討した。

方法 試料中の食塩の測定は次のように行った。汗中の食塩は脱脂綿約2gを使用し、胸部および足の裏より4～6時間に生ずる汗を採取し、蒸留水で抽出しVolhard法によりCl<sup>-</sup>を定量した。また血漿は1ml, 尿は全尿(24時間尿)中5mlを試料とし同様に定量した。塩味に対する嗜好は好き、嫌いのいずれかを回答させ、無回答をふっうとした。なお、摂取食塩量は汗採取の前後3日間の食事内容を記入し、算出して平均した。

結果 健康な20才女子学生の胸部及び足の裏での発汗は、採取した汗の量と、汗中の食塩含有量には相関関係が認められず、汗の採集量の多少にかかわらず汗中の食塩濃度の比較が可能と考えられた。その結果、塩味への嗜好が強いほど汗中の食塩濃度が高くなり、特に胸部の場合好き、ふっう、嫌いの相互間に有意差が認められた。また足の裏でも、好きおよびふっうと嫌い間で有意差が認められた。しかし、血漿中の食塩濃度にはその傾向がみられず、血液の恒常性が認められた。食塩摂取量と汗中の食塩濃度の関係については、相関性がないとする説と、逆に正の相関があるとも考えられているが、本実験のように健康な女子大生の日常生活における発汗の場合には、食塩摂取量が多いほど汗中の食塩濃度が高くなった。