

郡山女大家政 齋藤洋子 ○大岩泰子

目的 食生活が豊かになり、国民栄養調査においても、ビタミンB<sub>1</sub>摂取量は所要量を満たしているという結果がでている。しかし、ビタミンB<sub>1</sub>が不足しているが、その欠乏症状が現れていない潜在的ビタミンB<sub>1</sub>欠乏者が多く存在するとも言われている。そこで本学学生の血中ビタミンB<sub>1</sub>量を測定し、その数値を示すと共に、栄養素摂取量との関連を検討した。

方法 被験者は20～22才の健康な女子学生とし、期日は1888年と1990年の2回、被験者数は計32名である。3日間秤量方式により食事記録をした後、および試験食〔高たんぱく食(1.8g/kg)、普通食(1.14g/kg)、低たんぱく食(0.8g/kg)〕を5日間摂取した後の翌朝、空腹時に採血を行った。その血液を除たんぱく後、ビタチェンジカラムを用いてビタミンB<sub>1</sub>を分離し、チオクローム化後、高速液体クロマトグラフィーにて定量した。

結果 血中ビタミンB<sub>1</sub>量は、日常食では平均値が $66.0 \pm 35.8$ ng/ml、試験食においては、高たんぱく食 $35.8 \pm 27.7$ ng/ml、普通食 $75.3 \pm 35.5$ ng/ml、低たんぱく食 $60.1 \pm 44.0$ ng/mlであり、中には欠乏症といわれる40ng/ml以下の低い値を示す者もいた。エネルギー摂取量は、日常食、高たんぱく食、普通食、低たんぱく食において、 $1669 \pm 222$ 、 $2010 \pm 440$ 、 $1692 \pm 177$ 、 $1592 \pm 229$ Kcalであり、たんぱく質摂取量は、 $57.9 \pm 12.0$ 、 $91.8 \pm 15.3$ 、 $63.4 \pm 6.1$ 、 $46.1 \pm 7.5$ g、ビタミンB<sub>1</sub>摂取量は、 $0.87 \pm 0.30$ 、 $1.19 \pm 0.39$ 、 $0.90 \pm 0.11$ 、 $0.98 \pm 0.22$ mgであった。エネルギー摂取量とビタミンB<sub>1</sub>摂取量の間には相関関係が見られたが、血中ビタミンB<sub>1</sub>と栄養素摂取量の間には相関関係は認められなかった。