

血中脂質ならびにカルシウム代謝に及ぼす牛乳摂取の影響 (川崎医療福祉大健康体育) 辻悦子

目的：乳・乳製品はカルシウム (Ca) の供給源として優れているが、食習慣に加えて、乳脂肪や血中コレステロールとの関連などから摂取が控えられ傾向がある。本学会第46回大会で、牛乳摂取による血中脂質やCa代謝への影響を加齢の面から調べ、高齢者では血中脂質への影響はなくCaの骨沈着が示唆されることを報告した。今回は骨粗鬆症の予防を目的として、高齢者に牛乳の積極的摂取を勧め、血中脂質ならびにCa代謝に及ぼす影響などを検討した。

方法：兵庫県G町在住の37~70(57.0±8.2、平均値±SD)歳の女子48名に対し、骨粗鬆症の総合的な指導を行い、血液検査を実施した。牛乳の積極的摂取や生活改善を勧め、2ヶ月後に再び血液検査を実施できた27名の高齢者のうち、牛乳を平常より1本以上増加した(A)群と殆ど増加させなかった(B)群各7名(全て閉経者)につき、血中の脂質およびCa・P、骨代謝に関連するホルモンや生理活性物質を実験の前後で比較検討した。

結果：被験者への骨疾患に対する問診の中で、身長の低下という訴えが多くみられた。A群とB群の年齢、閉経年数及び実験前後の血圧に有意差は無かった。A群の血中総コレステロールは高レベルであったが、実験後の値に大きな影響は認められなかった。Ca、P及びCa/Pへの影響も殆ど認められなかった。アルカリフォスファターゼの低下とオステオカルシンの上昇傾向がみられ、骨吸収が抑制される傾向が示された。B群の実験前血中コレステロールは正常域であったが、実験後には低下した。Ca、P及びCa/Pは殆ど変化なかった。