

厚生労働科学研究費補助金（難治性疾患政策研究事業）

難治性炎症性腸管障害に関する調査研究

分担研究報告書（令和元年度）

Web を主体とした患者・家族への情報発信と一般医の啓発・教育活動

研究分担者 長堀正和 東京医科歯科大学（医学部附属病院）

臨床試験管理センター 准教授

研究要旨：本研究班ウェブページに、IBDの正確で最新の知識を、患者・家族向けに公開し、加えて、IBD診療の均てん化と患者QOLの向上を目的に、全国の一般医に対して、IBDの疫学、診断、治療、予後に関する冊子「一目でわかるIBD」（改訂第3版）を作成、公開した。改訂前の第2版については、希望者にスライドを無料配布し、全国の勉強会等で活用していただいた。また、一般消化器医がIBDの実践的知識を身につけるために、e-learningの問題集を提供した。患者および家族に対しては、本年度は、IBD患者の食事に関する冊子「炎症性腸疾患患者さんの食事についてQ&A」を作成、Web上に公開した。また、新規薬剤を含めた治療薬についての理解を助けるため、「知っておきたい治療に必要な基礎知識 第4版」（潰瘍性大腸炎およびクローン病）を作成、公開した。

共同研究者

鈴木康夫（東邦大学佐倉病院 IBD センター）

竹内 健（辻仲病院柏の葉）

藤谷幹浩（旭川医科大学内科学講座消化器血液腫瘍制御内科学分野）

中村志郎（兵庫医科大学内科学下部消化管科）

穂刈量太（防衛医科大学校内科）

渡邊 知佳子（防衛医科大学校内科）

藤井久男（平和会吉田病院消化器内視鏡・IBD センター）

岡崎和一（関西医科大学内科学第三講座）

二見喜太郎（福岡大学筑紫病院外科）

安藤 朗（滋賀医科大学消化器内科）

馬場重樹（滋賀医科大学消化器内科）

江崎幹宏（佐賀大学医学部附属病院消化器内科）

畑 啓介（東京大学医学部腫瘍外科）

加藤 順（千葉大学大学院医学研究院消化器内科）

長沼 誠（慶應義塾大学医学部消化器内科）

A. 研究目的

炎症性腸疾患（IBD）に関する正確な知識を、全国の患者およびその家族に啓発する。加えて、IBDの正確で最新の知識を、全国の一般医に啓発・教育することで、全国のIBD患者が標準的で良質な診療を受けられることを目的とする。

B. 研究方法

患者向け冊子「炎症性腸疾患患者さんの食事についてQ&A」の作成については、日本炎症性腸疾患学会のMS（メディカルスタッフ）教育セミナー担当者およびその推薦者から、全国の炎症性腸疾患の栄養指導に経験の豊富な管理栄養士と分担をして作成を行った。栄養療法の医学的な記載については、本研究班研究者とのディスカッションの末、作成された。

炎症性腸疾患患者さんの食事について Q&A

「令和元年度において、厚生労働科学研究費補助(難治性疾患等政策研究事業(難治性疾患政策研究事業))を受け、実施した研究の成果」

難治性炎症性腸管障害に関する調査研究(鈴木班)



〈目次〉

研究代表者からのメッセージ

【食事・栄養療法について】

1. 栄養に関してどのような注意が必要ですか? 2
2. 腸の炎症を改善させる食事療法はありますか? 4
3. 食事療法の臨床研究にはどのようなものがありますか? 5
4. 症状が出ないよう避けた方がよい食事はありますか?
(管理栄養士の視点から) 6
5. 特定の食品を避けることは有用ですか?(医師の視点から) 7
6. 経腸栄養療法について教えてください 10

【日常生活における食事について】

7. 全体のエネルギー必要量は、どの程度ですか? 11
8. 1日の食事の配分はどのようにしたら良いですか? 12
9. 糖質や炭水化物の摂取についての注意はありますか? 13
10. たんぱく質の摂取についての注意はありますか?
動物性たんぱく質は良くないのですか? 15
11. 脂肪摂取は避けた方が良いですか?
脂肪酸の種類による違いはありますか? 17
12. 乳製品(牛乳やヨーグルトなど)にはどのような注意が必要ですか? 20
13. 食物繊維は避けた方が良いですか? 21
14. 野菜や果物は積極的に摂取した方が良いですか? 23
15. 香辛料は避けた方が良いですか? 24
16. 飲み物についての注意はありますか?(飲水、飲酒等について) 25
17. 食品添加物についての注意はありますか? 26
18. お勧めのサプリメントはありますか? 27
19. ファストフードは食べてはいけませんか? 28
20. 外食の際にはどのような注意が必要ですか? 29
21. 下痢をしている時はどのような注意が必要ですか? 30
22. 手術後の食事にどのような注意が必要ですか? 31

既に Web 上に公開されていた、患者向け冊子「知っておきたい治療に必要な基礎知識」(潰瘍性大腸炎およびクローン病)については、新規薬剤に関する記載の追加と従来の記載の見直しを行い、改訂第4版として Web 上に公開した。

一般消化器医を対象とした「一目で分かる IBD」については、第3版への改訂において、最新の疫学調査の結果(有病率)、アザチオプリンの安全使用に必須の NUDT 遺伝子検査、潰瘍性大腸炎の活動性モニタリングの便マーカー、クローン病のカプセル内視鏡検査、潰瘍性大腸炎のサーベイランス内視鏡検査、クローン病術後再手術率などについての最新の情報を追加した。

(倫理面への配慮)

特になし

C. 研究結果

医療関係者向け情報(会員限定)の閲覧申し込み件数は、136件(2020年1月10日までの過去1年間)。閲覧理由としては、患者説明・診療補助、自己学習(研究者、薬剤師、看護師、管理栄養士を含む)、講義・講演・勉強会(学生、研修医、ナース、栄養士などを含む)、難病指定医養成研修会での活用、研究開発(製薬企業、CRO、広告代理店、出版社、人材派遣会社、医療データ会社を含む)による活用があった。「一目で分かる IBD(第二版)」データ送付は10件であった(2020年1月10日までの過去1年間)。

D. 考察

患者・家族および一般(消化器)医に対して、炎症性腸疾患の正確な情報を広く告知するための Web 上での情報発信を行った。これらの情報は Web 上での閲覧のみでなく、自由にダウンロードができ利便性が高いものとなった。特に、「炎症性腸疾患患者さんの食事について Q&A」に関しては、食事に関して様々な質の情報が氾濫する中で、本研究班において、より正確な情報が発信できたことは極めて有意義

と思われた。一方、継続的に掲載している e-learning へのフィードバックは少なくその効果は確認できなかった。

E. 結論

新規薬剤の開発に代表されるように新しい知識の集積がめざましい本領域において、引き続き、患者・家族および一般（消化器）医への迅速で正確な情報発信が求められると考えられた。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

1. Takenaka K, Ohtsuka K, Fujii T, Negi M, Suzuki K, Shimizu H, Oshima S, Akiyama S, Motobayashi M, Nagahori M, Saito E, Matsuoka K, Watanabe M. Development and Validation of a Deep Neural Network for Accurate Evaluation of Endoscopic Images From Patients with Ulcerative Colitis. *Gastroenterology*. 2020 Feb 11. pii:S0016-5085(20)30212-2. doi: 10.1053/j.gastro.2020.02.012. [Epub ahead of print]
2. Tsuda S, Sameshima A, Sekine M, Kawaguchi H, Fujita D, Makino S, Morinobu A, Murakawa Y, Matsui K, Sugiyama T, Watanabe M, Suzuki Y, Nagahori M, Murashima A, Atsumi T, Oku K, Mitsuda N, Takei S, Miyamae T, Takahashi N, Nakajima K, Saito S; Ministry of Health Labour and Welfare Working Group for “Guideline for The Treatment of Rheumatoid Arthritis or Inflammatory Bowel Disease Bearing Women in Child-bearing Age”. Pre-conception status, obstetric outcome and use of medications during pregnancy of systemic lupus erythematosus (SLE), rheumatoid arthritis (RA) and inflammatory bowel disease (IBD) in Japan: Multi-center retrospective descriptive study. *Mod Rheumatol*. 2019 Sep 24;1-10. doi: 10.1080/14397595.2019.1661592. [Epub ahead of print]
3. Takenaka K, Fujii T, Suzuki K, Shimizu H, Motobayashi M, Hibiya S, Saito E, Nagahori M, Watanabe M, Ohtsuka K. Small Bowel Healing Detected by Endoscopy in Patients With Crohn's Disease After Treatment With Antibodies Against Tumor Necrosis Factor. *Clin Gastroenterol Hepatol*. 2019 Aug 20. pii: S1542-3565(19)30899-7. doi: 10.1016/j.cgh.2019.08.024. [Epub ahead of print]
4. Akiyama S, Matsuoka K, Fukuda K, Hamada S, Shimizu M, Nanki K, Mizuno S, Kiyohara H, Arai M, Sugimoto S, Iwao Y, Ogata H, Hisamatsu T, Naganuma M, Motobayashi M, Suzuki K, Takenaka K, Fujii T, Saito E, Nagahori M, Ohtsuka K, Mochizuki M, Watanabe M, Hashiguchi M, Kanai T. Long-term effect of NUDT15 R139C on hematologic indices in inflammatory bowel disease patients treated with thiopurine. *J Gastroenterol Hepatol*. 2019 Oct;34(10):1751-1757. doi: 10.1111/jgh.14693. Epub 2019 Jun 26.
5. Hisamatsu T, Kato S, Kunisaki R, Matsuura M, Nagahori M, Motoya S, Esaki

M, Fukata N, Inoue S, Sugaya T, Sakuraba H, Hirai F, Watanabe K, Kanai T, Naganuma M, Nakase H, Suzuki Y, Watanabe M, Hibi T, Nojima M, Matsumoto T; DIAMOND2 Study Group. Withdrawal of thiopurines in Crohn's disease treated with scheduled adalimumab maintenance: a prospective randomised clinical trial (DIAMOND2). J Gastroenterol. 2019 Oct;54(10):860-870. doi: 10.1007/s00535-019-01582-w. Epub 2019 Apr 30.

6. Hisamatsu T, Matsumoto T, Watanabe K, Nakase H, Motoya S, Yoshimura N, Ishida T, Kato S, Nakagawa T, Esaki M, Nagahori M, Matsui T, Naito Y, Kanai T, Suzuki Y, Nojima M, Watanabe M, Hibi T; DIAMOND study group . Concerns and Side Effects of Azathioprine During Adalimumab Induction and Maintenance Therapy for Japanese Patients With Crohn's Disease: A Subanalysis of a Prospective Randomised Clinical Trial [DIAMOND Study]. J Crohns Colitis. 2019 Sep 19;13(9):1097-1104. doi: 10.1093/ecco-jcc/jjz030.

7. Motobayashi M, Matsuoka K, Takenaka K, Fujii T, Nagahori M, Ohtsuka K, Iwamoto F, Tsuchiya K, Negi M, Eishi Y, Watanabe M. Predictors of mucosal healing during induction therapy in patients with acute moderate-to-severe ulcerative colitis. J Gastroenterol Hepatol. 2019 Jun;34(6):1004-1010. doi: 10.1111/jgh.14565. Epub 2019 Jan 4.

2.学会発表

1. Saito E, Nagahori M, Watanabe M. The clinical effectiveness of vedolizumab in patients with ulcerative Colitis. JDDW 2019 (2019年11月21日)

H. 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む)

1. 特許取得
なし
2. 実用新案登録
なし
3. その他
なし