

骨検診におけるマニュアル（栄養、食事指導部分）の作成

研究分担者 上西一弘

女子栄養大学栄養生理学研究室

要旨 昨年度は骨検診受診者のための栄養・食事指導マニュアルの草案の作成を試みた
が、今年度は今回の骨粗鬆症検診項目をふまえてさらにブラッシュアップした。
特に適切な体重管理、そのためのエネルギー摂取の重要性について記載した。また、従来
のカルシウム中心の食事指導だけではなく、骨の健康のためには多くの栄養素が必要で
ある事を伝えるための、バランスの良い食事について加筆した。

A. 研究目的

骨検診のマニュアル（骨粗鬆症検診・保健指導マニュアル第2版）は、2009年に発行された「骨粗鬆症検診・保健指導マニュアル」を改訂する形で2014年に発行されたもので、発行から8年が経過している。本研究班で、新しい骨検診を検討するにあたり、新しいマニュアルを作ることが目標の1つとなっている。

昨年度は骨検診受診者のための栄養・食事指導マニュアルの草案の作成を試みたが、今年度は今回の骨粗鬆症検診項目をふまえてさらにブラッシュアップした。

B. 研究方法

作成にあたっては、「骨粗鬆症検診・保健指導マニュアル第2版」を基本に、新しい知見を加えるとともに、前回記載されていなかった項目を追加した。さらに本研究班で検討されているFRAX、FOSTAの導入を考慮して、関連項目を加筆した。

C. 結果

作成したマニュアル原稿（案）を添付した。

D. 考察

今回のマニュアル作成にあたっては基本的には前回のものを踏襲したが、特に適切な体重管理、そのためのエネルギー摂取の重要性について記載した。また、従来カルシウム中心の食事指導だけではなく、骨の健康のためには多くの栄養素が必要である事を伝えるための、バランスの良い食事について加筆した。

骨粗鬆症の予防と治療ガイドラインも改訂が進んでおり、将来的にはそちらとの整合性も検討する予定である。

E. 結論

昨年作成した骨検診マニュアルの食事・栄養指導の部分の草案をブラッシュアップした。作成にあたっては基本的には前回のものを踏襲したが、検診でのFRAX、FOSTAの使用を考慮して、特に適切な体重管理、そのためのエネルギー摂取の重要性について記載した。

今後、さらに検討を加え、骨粗鬆症の予防と治療ガイドラインの改訂版とも整合性を取りながら、最終版のマニュアル作成につなげていく予定である。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

上西一弘.高齢者の転倒・骨折・骨粗鬆症と栄養. Geriat. Med. 60 (12) : 1131~1134, 2022

上西一弘.骨の健康のための栄養. MB Med Reha No. 270 : 59-65, 2022

2. 学会発表

なし

H. 知的財産権の出願, 登録状況

なし