

# 地域で生活する精神障害者の食事摂取状況と身体組成に関する研究

伊藤治幸<sup>1)</sup> \*、熊谷貴子<sup>1)</sup>、<sup>1)</sup>、清水 健史<sup>1)</sup>、根本 俊雄<sup>2)</sup>

1) 青森県立保健大学、2) NPO 法人 SANNet 青森

Key Words ① 統合失調症 ② 身体組成 ③ 栄養調査

## I. はじめに

精神疾患患者においては、以前から肥満や糖尿病の有病率の割合が一般成人より高いことが指摘されている。稲村ら(2005)の調査<sup>1)</sup>によると、精神障害者の肥満の割合は高いことが報告されている。精神科領域において、生活習慣病との関連で特に問題となるのは肥満である。特に、食行動に影響を与える要因としては、鎮静作用による運動量の減少や消費エネルギー低下による肥満のリスクがあげられる。また長期入院の弊害により、社会生活技能の低下(料理の不得意)などが考えられる。一方で、地域で生活する精神障害者がどの程度の栄養を摂取しているか、自炊、外食程度などを明らかにした研究は見あたらない。精神障害者の場合は、長期的な入院を経験してきた人が少なくないため、食事を作る技術などが不足していることも考えられる。そのため、地域で生活する統合失調症患者の食生活の実態を明らかにすることが重要である。また昨今では、体重や BMI とともに体脂肪の程度に焦点を当てた研究が行われている。健常者においては、栄養摂取と体脂肪の関連が指摘され同一体重であっても体脂肪の割合に違いがあると言われている。そのため、本研究では身体組成と栄養摂取に影響を与える要因を分析することを目的とした。

本調査から地域で生活する精神障害者の食生活をサポートするうえでの示唆を得ることが出来ると考える。

## II. 目的

本研究では、地域で生活する統合失調症患者における栄養摂取状況と身体組成の関係について明らかにすることを目的とする。

## III. 研究方法

### 1. 対象者

本研究では、青森県内の精神障害者社会復帰施設(以下：社会復帰施設)に通所する統合失調症者のうち研究の協力が得られた者を対象とした。

### 2. 調査方法

青森県内の社会復帰施設のうち了解の得られた4施設にて調査を行った。協力が得られた施設には研究者募集のポスターを掲示させてもらい、研究協力者の募集を募った。調査期間は、平成22年9月～平成23年2月である。基本的には集合調査で行い、研究者が直接出向き、実施施設の責任者と研究に協力が得られた通所者に研究の目的と調査内容について説明した。研究協力に同意の得られた対象者に対して日常の栄養摂取状況に関するアンケートと身体組成及びカメラを使用した食事内容を調査した。

---

\*連絡先：〒030-8505 青森市浜館間瀬 58-1 E-mail: h\_ito@auhw.ac.jp

### 3. 分析方法

栄養摂取状況と身体組成について単純集計を行いその特徴を記述した。次に、身体組成のデータと栄養摂取関連項目との関連については、体重、BMI、体脂肪率と各栄養摂取関連項目について、対応のないt検定を行い統計学的に分析した。統計学的分析には、SPSS12.0J for Windowsを用いた。

### 4. 倫理的配慮

データ収集において、1)協力は自由意志であり参加を拒否してもなんら不利益はないこと、2)調査に同意した後でも協力を取りやめることが出来る事、等を説明し了解を得た。本研究は、青森県立保健大学研究倫理委員会の承認を得て行った。

## IV. 結果および考察

地域で生活する統合失調症者の身体組成と栄養摂取関連項目との関連を統計学的に検討した。統計学的に有意な差がみられた項目は、「インスタント類摂取高群」が「インスタント類摂取低群」と比較して体重( $p<0.01$ )、体脂肪率( $p<0.01$ )が有意に高かった。インスタント食品は、手軽さや金額の安さなど等のメリットがあるが、脂質の割合が高いことやカロリーが高いなどの側面がある。そのため、インスタント類の食事を多く摂取する群は、インスタント類の食事を多く摂取しない群に比べて、肥満傾向になり易い可能性がある。次に「間食摂取回数高群」と「間食摂取回数低群」と身体組成項目を比較したところ、高群が低群に比べて、体重( $p<0.01$ )、体脂肪率( $p<0.01$ )が有意に高かった。今回の対象者の写真データから、お菓子類の間食摂取回数が低い群と間食回数が多い群では回数に差がみられた。間食摂取の回数が多い群は、体重および体脂肪率の値が高く肥満傾向にあった。今回の対象者は日常生活強度のレベルが低い者が多いことに加え、間食回数が多いことが肥満傾向にある者が多い要因かもしれない。

「食事担当者」の項目と身体組成項目を比較したところ、「自分以外が担当していると回答した者」は、「食事担当を自身で行っている」と回答した者と比較して、体脂肪率( $p<0.01$ )で有意に高かった。食事を自分で用意している者は、カロリー摂取のことや使用する食材等を考えるなど健康に対する意識が高いことが考えられる。また、今回の研究では食事の技能に関する調査はしていないが、自身で食事を用意している人は一般的な社会生活技能が高いことが考えられる。すなわち自身で食事の準備をしている群ではセルフケア能力の高い者が多く含まれていた可能性がある。このことは、全般的なセルフケア能力の高さが肥満等の予防と関連があると推察された。

## VI. 文献

- 1) 稲村雪子, 寒河江豊昭, 中町健一他:精神障害者の退院後の食生活実態調査結果と課題.日精協誌,2006;25(4):107-114