

【方法】TANITA マルチ周波数体組成計 MC-190 にて基礎代謝を測定し BMI・男女別に指示カロリーとの比較を行った。

【結果】標準体重から計算で求めた指示カロリー(以下標準)と体組成計で求めた基礎代謝(以下基礎)では、< BMI では男性で約 500kcal, 女性では 375kcal 標準が上回った。25～30 では男性はほぼ同じだったが、女性では標準が 35kcal 上回った。BMI30 以上では逆に男性 230kcal, 女性 60kcal 基礎が標準を上回った。

【結語】BMI25～30 では指示カロリーは標準と基礎はほぼ同等だが BMI30 以上では男性で 230kcal, 女性で 60kcal 標準が基礎より低くなる。BMI30 以上では指示カロリーを特に男性で増量する必要がある。

13 1型糖尿病の栄養指導にカーボカウントを導入して

山口 朝子・山賀新一郎・小林真美子
 新村 友子・古川 和郎**・荻原 智子*
 濱 ひとみ*・津田 晶子*

木戸病院栄養科
 同 内科*
 新潟大学医歯学総合研究科
 血液内分泌代謝内科学分野**

【目的】1型糖尿病では生活に合わせたインスリン調整のスキル向上は重要だがその習得は困難である。指導ツールとしてカーボカウント法(以下 CC 法)を導入し血糖コントロールとその背景を検討した。

【方法】当院に通院治療中のコントロール不十分な 1 型糖尿病患者で CC 法を導入し毎回診察前に栄養指導を実施し 6 ヶ月以上経過した 20 名(男性 6 名/女性 14 名)を導入前, 6 ヶ月後, 1 年後(13 名)の HbA1c 推移と低血糖・高血糖の頻度を検討した。

【結果と考察】HbA1c: 開始前 $7.36 \pm 0.73\%$, 6 ヶ月後 $7.28 \pm 0.68\%$, 1 年後 $7.19 \pm 0.96\%$. 1 年継続群で HbA1c0.5% 以上低下は 7 名であった。有用であったと考えられた患者は炭水化物摂取量が不安定・間食が多い・食後血糖の変化が大きい・生活時間が不規則・妊娠であった。低血糖や高血糖の頻度を大幅に低下でき, 治療意欲が向上したケースも数例あった。今後も指導方法や適用範囲等を検討していきたい。

14 2型糖尿病患者の糖尿病黄斑浮腫をおこさせる危険因子

鴨井 久司・武田 啓治*・橋本 薫*
 田中 玲子*・奥山 真也*

長岡赤十字病院
 糖尿病・内分泌代謝センター
 同 眼科*

II. 特別講演

『実践カーボカウント』

徳島大学
 糖尿病臨床・研究開発センター

助教 黒田 暁生