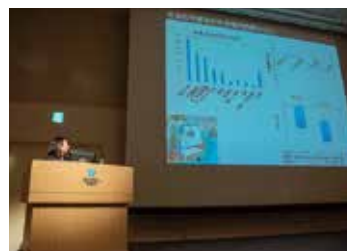


最新栄養レポート

# がん患者の味覚・嗅覚障害による 食事量の減少は臨床での大きな課題。 うま味を活用した食事の工夫で QOLの向上を!



2019年1月11日～13日、パシフィコ横浜において『第22回日本病態栄養学会年次学術集会』が開催されました。味の素(株)は『臨床におけるうま味の活用～味覚・嗅覚障害の現状と食を通じたQOL向上への取り組み～』と題し、ランチョンセミナーを共催。座長に桑原節子先生(淑徳大学)を迎え、堤理恵先生(徳島大学大学院)にご講演いただきました。



【演題】

## 臨床におけるうま味の活用

～味覚・嗅覚障害の現状と食を通じたQOL向上への取り組み～

徳島大学大学院医歯薬学研究部代謝栄養分野 講師  
堤 理恵先生

最近のがん治療における化学療法採用の副作用のひとつとして味覚障害・嗅覚障害が生じています。味覚障害等で食欲が減退している患者さんは「食べたいもの、食べやすいものを食べる」というのが実態ですが、それだけでは十分な栄養摂取にはなりません。患者さんと一緒に食べられるものを探していく中で、一番受け入れやすいものは、うま味をベースにしたものだということが分かりました。一方、うま味を感じる受容体は、味覚障害が現われてくるのに従って減少していくのですが、うま味を摂取することによって増加することが実験



座長  
淑徳大学 看護栄養学部  
栄養学科長  
桑原 節子先生

がん患者さんの味覚・嗅覚障害に対してのエビデンスが少ない中、うま味を活用した栄養アプローチには多くのヒントがあると思います。



★うま味物質としてグルタミン酸ナトリウムを使用しています。

でも分かってきました。また、化学療法をしている患者さんだけでなく、高齢者の方でもうま味を摂取することで受容体が増加することが確認されました。うま味を活用することによって食事をおいしく食べられるようになり、喫食率をアップさせ、QOLの向上につながるといえます。

味の素(株)は、長年にわたるうま味の研究を栄養サポートに活用し、「健康なこころとからだ」の実現に貢献します。

## がん患者の味覚障害に伴うQOLの低下

がん患者の味覚障害の原因には、放射線治療により唾液の分泌が減少し口の中が乾燥する、抗がん剤治療で神経障害が起これ味覚の伝達がうまくいなくなるなどが考えられます。また、食事量の減少による亜鉛の摂取不足や、薬剤による亜鉛の吸収阻害も味覚障害を引き起こす一因となります。さらに、嗅覚への影響も見られることから食事をおいしく感じる事ができず、体重の減少につながる事が考えられます。

### 主な症状

- まったく味を感じない(味覚消失)
- 何を食べても苦い(悪味症)
- 水を飲んでも甘い(異味症)
- 味噌汁なのに味噌汁の味がしない(味覚減退) など

## うま味を活かした食事の工夫で喫食率アップ!!

徳島大学病院のがん患者用メニュー「眉山食(びざんしょく)」として、だし茶漬け・だし巻き卵・焼きなすなど、だしをしっかりきかせた食事を提供したところ、それまで栄養剤のみであった患者さんが食事をとれるようになったという例が見られました。また、胃の全摘や味覚受容体の多い胃噴門部を切除した患者さんも、うま味の活用により、食事が食べられるようになったという例も見られました。

### だしのうま味と柑橘類の酸味を活かしたドレッシングで食欲増進!

今回のランチョンセミナーでは、堤理恵先生が開発に携わった「ゆこう美味(うま)ドレ」を添えた徳島産わかめをご試食いただきました。このドレッシングは、徳島産の柑橘類`柚香(ゆこう)`※、にかつおエキスとこんぶエキスを加え、うま味調味料で味を調えたものです。レモンとだしで応用できるレシピをご紹介しますので、ぜひお試しください。



#### <材料>

- 顆粒だし(「ほんだし®」) …………… 小さじ1(2g)
- 水 …………… 大さじ3
- レモン果汁 …………… 大さじ2
- オリーブオイル …………… 数滴
- 「味の素®」 …………… 少々

#### <作り方>

- ① 顆粒だしに水を加えて溶かし、レモン果汁を入れてまぜる。
- ② お好みでオリーブオイル(またはサラダ油)を少々加える。
- ③ 「味の素®」で味をととのえる。

#### アレンジ

- オイルの代わりにしょうゆを大さじ1入れるとボン酢風に。このとき米酢を加えても。だしや「味の素®」を使うことでしょうゆは少しくくのあるボン酢に。
- 玉ねぎのすりおろしやにんにくを加えてカルパッチョドレッシングに。
- 「ほんだし®」を鶏ガラスープの素(「丸鶏がらスープ」)におきかえても。

こんな簡単お料理に

もやしを洗ってレンジでチンしたあと(600Wで3分)、柑橘だしドレッシングをかけるだけでたっぷり食べられます! わかめなどにもよく合います!

※柚香(ゆこう): 柚子(ゆず)の自然交雑種

### 様々な栄養課題をサポートする当社製品を紹介

今回の『日本病態栄養学会年次学術集会』にてブースを出展し、当社の取り組みや製品を紹介しました。ブース来訪者の方にはサンプルや資料を配布する等、当社製品を知っていただく機会を得ることができました。

