



うつ、認知症、アルコール依存症患者を栄養面からサポート

いど ゆみこ

家政学部 食物栄養学科 教授 **井戸 由美子**

香りと食欲の関係を調査し、生活習慣病の改善を図る
病院や企業と協働し、生活習慣病レシピを考案

コメントできる
研究領域

認知症

アルコール依存症

うつ病

食と栄養

京都女子大学は、教員の研究活動や社会連携など“社会のための女子大学”の姿をお伝えするニュースレターを発信しています。今回は、食物栄養学を専門とし、臨床現場で栄養指導に取り組む食物栄養学科の井戸由美子教授をご紹介します。

■うつ・認知症・アルコール依存症も、生活習慣病？

井戸教授は、認知症・うつ・アルコール依存症患者への栄養指導を行い生活習慣病を改善することで、進行を遅らせたり、症状を緩和させる取り組みを行っています。井戸教授が精神科の管理栄養士として入院患者の便秘改善に取り組んだ際に、認知症患者の症状が緩和したことからはじまった試みです。井戸教授が栄養科顧問を務める堺市の阪南病院では、2023年11月からうつ治療の一環としてメンタルサポート食の提供を始めています。

井戸教授は、栄養指導を行うことで、患者のこころの病気に向き合っています。

■「香り」と食欲について調査、アルコール依存症や認知症の患者を栄養面からサポート。

井戸教授は、「香り」が食欲の減退や増進のきっかけになると考え、この2つの関連を調査しています。グレープフルーツの「香り」は、学生を対象にした実験で、食欲を減退させるという結果が出ました。そこで井戸教授は、お酒を断つために食べ過ぎてしまうアルコール依存症患者に、グレープフルーツの香りがついたペンダントをつけてもらい、食欲の減退を試みました。体重の減少、糖尿病を併発している患者の過去1～2カ月の平均的血糖値を表す値が改善されるなどの結果を出しています。また、井戸教授は認知症患者の食欲改善にも「香り」が有効と考えています。高齢の入院患者は、環境の変化から食欲が落ち、3日食べないとフレイルが進んでしまいます。認知機能に問題のない患者なら、食べる必要性を指導し食べてもらうことができますが、認知症の患者に指導するのは困難です。井戸教授は、認知症患者に指導ではなく「香り」で食欲を呼び起こす取り組みを行っています。現在、井戸教授は高槻市の新阿武山病院でアルコール依存症病棟では食欲減退、認知症病棟では食欲増進についての調査を進めています。出汁・ハーブ・バニラなどの「香り」を用意する予定で、2024年秋の論文発表を目指しています。

■生活習慣病予防のレシピを考案し、栄養指導。プラントベースフードも取り入れ、SDGsにも貢献。

井戸教授は、ゼミ学生とともに生活習慣病予防・栄養管理のレシピ考案を手掛けています。2023年11月には、プラントベースフードを使ったメニューを本学学食で提供しました。植物由来の原材料を使用したプラントベースフードは、“健康になる”“動物性食品よりも水資源やエネルギーを使用しないため環境にやさしい”などの利点があり、食生活に取り入れることでSDGsへの貢献が期待できます。

学食で提供したメニューは、アルコール依存症患者を対象にした血糖値の調査にも活用しています。アルコール依存症患者は各々の症状に適した栄養指導をする必要があり、学生は井戸教授のアドバイスを受けながら、一人一人に合わせた栄養指導冊子を作成しています。

井戸由美子（いど・ゆみこ） Profile

<http://gyouseki-db.kyoto-wu.ac.jp/Profiles/15/0001463/profile.html>

略歴 1956年生まれ。1995年3月武庫川女子大学大学院卒業、博士（食物栄養学／武庫川女子大学）。2000年特別医療法人大阪精神医学研究所 新阿武山病院 栄養給食室室長、2017年梅花女子大学 食文化学部教授などを経て、2021年4月より現職。

論文 『うつ病患者における 腸内細菌叢変化が及ぼす精神状態への影響の検討』（共著/2022年/日本病態生理学会雑誌）
『摂食嚥下障害の地域連携のための情報共有ツール「嚥下手帳」の有用性』（共著/2020年/日本在宅栄養管理学会誌）
『腸内細菌叢の変化が統合失調症患者の精神機能に与える影響』（共著/2017年/最新精神医学）

著書 『演習で学べる在宅栄養支援—地域共生社会における管理栄養士の役割—』（共著/2020年/建帛社）

<本件に関する報道関係者の皆様からのお問合せ先>

- 京都女子大学入試広報課 北山・堀川・竹縄 TEL: 075-531-7054 FAX: 075-531-7222
- 京都女子大学広報デスク（プラニング・ポート内）福嶋・小宮・井上 TEL: 06-4391-7156 FAX: 06-4393-8216
- 京都女子大学HP <https://www.kyoto-wu.ac.jp>