



白血病治療の食事

川崎医科大学附属病院栄養部 管理栄養士 越野明日香 本多 唯 遠藤陽子
川崎医療福祉大学臨床栄養学科 特任准教授 市川和子
監修：川崎医科大学血液内科学 教授 近藤英生

■病気の特徴と食事の関係

白血病は、造血細胞(血液細胞)の腫瘍です。無治療の場合に日/週単位で急速に増悪する急性白血病と、月/年単位で緩徐に進行する慢性白血病に分類されます。また、腫瘍化する細胞の種類から、骨髄性白血病とリンパ性白血病に分類されます。わが国の死亡数は2016年で8,795人です。

急性白血病の臨床症状には、白血病細胞の増殖による症状(発熱、肝脾腫、リンパ節腫脹、歯肉腫脹、骨痛など)と、骨髄での正常造血の抑制による症状(貧血、血小板減少による出血傾向、好中球減少による感染症)があります。治療は化学療法で導入し、適応がある場合は造血幹細胞移植が選択されます。白血病細胞を完全に除去し治癒に導く「Total cell kill」が治療の基本的考え方であり、そのために高度の骨髄抑制をきたしうる強力な化学療法が選択されます。

疾患のベースに免疫不全が少なからず存在し、治療の影響で口内炎が存在するなどして食事摂取困難な場合も多くみられます。治療を受けるための体力を保持するためにも、栄養管理が重要になります。また、個人差はありますが味覚異常・嗅覚異常は化学療法に伴って少なからず出現するため、治療中にも食事面には配慮が必要です。化学療法でも嘔気・嘔吐をはじめとする消化器症状を高率に起こす薬剤を含むレジメンも多く、薬物療法(制吐薬)などによる予防的対処が重要とされており、経口摂取が不十分な場合には経腸栄養や経静脈栄養での栄養補給が必要になります。治療中の感染リスクも高く、合併症の有無などにより全身状態も個々により大きく異なるケースが多いため、患者1人ひとりの状態、生活の質(QOL)を考慮した栄養管理が重要になります。

食事のポイント

●急激な体重減少に注意してエネルギー量の確保をしましょう

標準体重を目安に調節しましょう。Ene 25~30kcal/kg(標準体重)/日とし、体重の推移や活動量、発熱などに合わせて調整しましょう。

(標準体重(kg)=身長(m)²×22)



●衛生管理に配慮した食事を心がけましょう

薬剤投与などにより、著しく体力が低下した場合、栄養補給と同時に食事からの感染症のリスクを防ぐため、安全な食材を使用しましょう。また、調理担当者も手指衛生、調理器具の取り扱いにも注意が必要です。

出来上がった食事はできるだけ早めに食べましょう(調理後2時間以内)。

●免疫力を高める食品を摂りましょう

たんぱく質は免疫細胞をつくるもとになります。魚介類や肉類、卵、大豆製品、乳製品などの良質なたんぱく質を摂りましょう(目安として1.0~1.2g/kg/日)。

抗酸化作用をもつビタミン、ミネラルなどの豊富な野菜類をバランスよく摂りましょう。

●アルコールは控えましょう

治療中や治療後にお酒を飲むと、薬の効果を過剰に強めたり、弱めたりすることがあります。そのため、過剰な副作用が発生する懼れや、期待する治療効果を得ることが難しくなる可能性があります。必ず主治医に確認しましょう。



●嘔気・嘔吐症状がある場合

制吐薬の服用にて調整されますが、においが原因で嘔気や嘔吐症状を増強させることがあるため、調理する部屋と食事をする部屋を分けるなど、食事を食べる環境にも気をつけましょう。

●口内炎や味覚異常がある場合

症状に合わせて味付けを変えるなどの工夫が必要です。口の中を刺激しないように、極端に熱いものや冷たいもの、固いもの、香辛料が多い料理、酢物、柑橘類は避けましょう。

●嗅覚異常がある場合

治療の影響でにおいに敏感になったり、においを感じにくくなったりします。食べ物の味は、嗅覚の情報も影響します。温かいメニューは避けるなど、症状に合わせて調理法や味付けを工夫しましょう。

