

Expert Lecture

エキスパートに訊く筋ジストロフィー診療のポイント

市立伊丹病院医療技術部栄養管理担当 藤村 真理子

Q2 偏食があり、肥満で困っています。どのような食事改善が必要でしょうか？

A

どのような偏食なのか、1日の食事摂取時間、食事内容、間食の有無、飲料の聞き取りを行って改善方針を決定します。

はじめに

デュシェンヌ型筋ジストロフィー(Duchenne muscular dystrophy : DMD)では、体重の増加傾向となる時期は7歳および13歳とされています。肥満は骨格筋減少によって基礎代謝量や身体活動量の低下、ステロイド治療による副作用や食事からの摂取エネルギー量過剰などにより生じます¹⁾。

肥満を改善する必要性

一般的な肥満も同様ですが、筋ジストロフィーでは特に過体重により筋肉が少ないため運動性が低下し、血圧上昇による心負荷、睡眠時無呼吸症候群などを引き起こしてしまいます。また、長期間のステロイド治療を行っている場合は、椎体骨折の頻度が高いとされています¹⁾。予防として、カルシウムやビタミンDを含む食材をお勧めしますが、カルシウムの吸収率がよ

いとされる乳製品²⁾を摂り過ぎると肥満に繋がりますので注意が必要です。

間き取り内容

食生活リズムおよび食事内容を確認します。欠食がある場合もありますので、朝起きられないので朝食を食べない、夕食時間が遅い、昼食と夕食の間におやつを食べるなど間食をとるのか、何時にどのようなものを摂取するのか、起床および就寝時間など肥満に繋がる情報がないかを確認します。また、親が共働きであり、預け先でおやつが配布される場合もあるため、その際のおやつの内容の確認も行います。

間食内容

食事時間以外の間食および夕食後の間食が、内容にもよりますが一番肥満に繋がります。特に筋ジストロ