

P20 難治アトピー性皮膚炎の食事指導における 発芽玄米利用の検討-preliminary report-

○小林 裕美¹、水野 信之¹、石井 正光¹、
染谷 幸子²、喜瀬 光男²、石渡 健一²

- 1 (大阪市立大学大学院医学研究科皮膚病態学)、
- 2 (株式会社ファンゲル)

[目的]私達は難治のアトピー性皮膚炎に対し、バランスのとれた和食中心の食の推奨と漢方薬併用により、治療効果を高めてきた。本療法における食養生の効果は玄米食の利用により顕著となるが、実行は必ずしも容易ではなかった。発芽玄米は、玄米を 0.5mm~1mm 程度発芽させ、炊飯の利便性など玄米の欠点を改良した米で、市場に広く流通している。そこで、食事指導における発芽玄米利用が有用か否かを明らかにするため、病勢、検査成績の推移におよぼす影響を検討した。

[方法]対象は、難治アトピー性皮膚炎で、過去2週間以上症状が固定されている患者12名。男性7名、女性5名、年齢は18から33歳。それまでの治療を原則として変更せず、発芽玄米(ファンゲル製)1日100~200g摂取のみを加え、臨床症状、検査値などを経時的に検討した。また、食生活に発芽玄米をとり入れることの受け入れについて、アンケートを実施した。

[成績]摂取開始後約1年経過した例において皮膚症状の著明な改善が認められた。また、全例において、摂取に起因すると考えられる血液生化学的検査異常は認められなかった。サイトカインについては開始前に異常値を示す例が少なく有意な変動は認められなかった。また、受け入れは良好で、アンケートによれば、調理のしやすさに対する好印象が得られた。症例:31歳、男性。初診時、全身に落屑性紅斑が認められ、IgE値は14,860U/mlと高値を示していた。標準的治療にても難治のため漢方療法を加え1年間経過観察ののち同意を得て発芽玄米摂取を開始。開始当初、癢痒の軽減が得られたが1か月中断時に悪化。再開し半年後には紅斑がかなり消失。9か月後には皮疹はごく一部に限局するのみとなった。

[結論]難治アトピー性皮膚炎で、食事療法に発芽玄米を利用した例においては、徐々に症状の改善が認められ、患者の受け入れも良好であった。また、発芽玄米摂取に起因すると思われる検査値異常や問題となる副作用は認められなかった。