

# 長寿NST ニュースレター

平成 23 年 7 月

## サルコペニアと栄養:葛谷教授のご講演から

平成 23 年 5 月 16 日、NST と長寿医療研究センター内で続けられているサルコペニアに関する勉強会が共催して第 1 回サルコペニアと栄養の研修会を開催しました。本年度最初の NST 勉強会を兼ねていましたので、冒頭当センターにおける NST 活動の紹介がありました。引き続き講演は名古屋大学老年科教授の葛谷雅文先生にお願いしました。サルコペニアと栄養については前号のニュースレターでも取り上げましたが、サルコペニアの問題が世界的にクローズアップされていること、栄養、リハビリ、基礎医学、老年医学を含む集学的な対処、いわば「知」の蓄積が必要であること、今後当センターから情報を発信していくためにはこの分野における第一線の先生からお話をうかがう

ことも必要であること、など多くの理由から、今回のテーマが決定されました。

ご講演ではまず、高齢者における栄養不良の影響とその実態についてのお話があり、NST 活動の意義を確認していただく内容ともなりました。サルコペニアについては定義と診断方法がいまだ確立されていない部分が残っていますが、筋肉量と筋力・身体能力の両方を勘案したヨーロッパのコンセンサスが紹介されました。また、虚弱(frailty)は高齢者医療において重要なキーワードですが、Dr. Fried の説を元にサルコペニアとの関連を解説して下さいました。さて、サルコペニアの発症機序に関わる栄養因子としては、蛋白質摂取量とアミノ酸が重要なものです。サルコペニアの予防には、

十分な蛋白質の摂取が必要ですが、適切な運動が欠かせないことも示されました(例、New Engl J Med. 1994 330:1769-75)。さらにアミノ酸の中でもロイシンとその代謝産物( $\beta$ -hydroxy- $\beta$ -methylbutylate; HMB)の作用機序については細胞内の情報伝達系レベルでの研究も進んでいることが紹介されました。また、低アルブミン血症やビタミンD不足の重要性など、身近な栄養素についても再認識させていただき、大変貴重な研修会となりました。

今回の研修会にはセンター外からの参加者も含めて 94 名(関係者含む)の方にご参加いただき、この領域への関心の深さが感じられました。

最後になりましたが、本研修会にご協賛いただきましたアポットジャパン株式会社様に深く感謝申し上げます。

### 第5回 日本静脈栄養学会

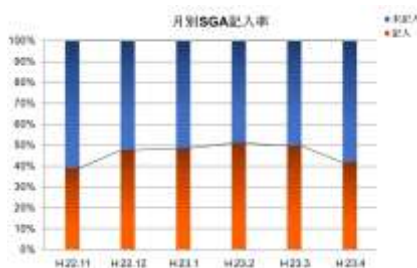
#### 東海支部学術集会

平成 23 年 9 月 3 日

ウインク愛知: 愛知県産業労働センター(2F大ホール)で開催いたします。ご興味のある方は、多数ご参加下さい。

<http://www.jspen-tokai.jp/>

### 月別SGA記入状況(H22.11~H23.4)



記入率アップにご協力願います。

