

氏名	杉野 真紀
学位の種類	修士 (看護学)
学位記番号	修士 第 170 号
学位授与年月日	平成26年3月10日
学位論文題目	妊娠女性の味覚感度と体重増減量との関連

## 論 文 内 容 要 旨

※整理番号	175	(ふりがな) 氏 名	すぎの まき 杉 野 真 紀
修士論文題目	妊娠女性の味覚感度と体重増減量との関連		
<p>【研究の目的】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 妊娠期および産後1か月時において同一妊婦を対象に、味覚感度（4味覚；甘味・塩味・酸味・苦味および電気味覚）について測定する。また妊娠による味覚感度の特異性についてさらに検証するために、非妊娠女性についても味覚感度を測定する。</li> <li>2. 妊娠期の味覚感度（4味覚、電気味覚）と体格別推奨体重増加量を基準とした妊娠中の体重増減量との関連について明らかにする。</li> <li>3. 妊娠期の味覚感度（4味覚、電気味覚）と栄養素摂取量（亜鉛）との関連性について明らかにする。</li> </ol> <p>【研究方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 研究デザイン：前方的縦断的デザインによる関連検証型研究</li> <li>2. 対象：20～40歳の妊娠28～34週までの本研究の主旨に同意の得られた妊娠女性81名と非妊娠女性60名。</li> <li>3. 研究期間：2012年6月～2013年7月</li> <li>4. 測定指標とデータ収集：妊娠女性群においては、妊娠28～34週と産後1か月時の健診時の2回、電気味覚計、濾紙ディスク法による味覚機能検査および簡易式自記式食事歴法質問票による栄養素摂取量調査と質問紙による聞き取り調査を実施した。また、非妊娠女性群においても同様の内容を月経周期の卵胞期にあたる、月経開始日より5～10日目に1回実施した。</li> <li>5. データの測定：電気味覚計による電気味覚感度および濾紙ディスク法による4つの味質（甘味・塩味・酸味・苦味）の味覚感度を舌左側の鼓索神経領域と舌咽神経領域の2か所で測定した。また、栄養素摂取量については、対象の過去1か月間の通常の食品から習慣的に摂取している栄養素量を知ることのできる、簡易式自記式食事歴法質問票（BDHQ）を使用した。</li> <li>6. 解析方法：SPSS18.0J for Windowsを用い解析を行った。</li> </ol> <p>【結果】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 妊娠女性の味覚感度は体格基準とした検証により、甘味に対して鋭敏になる傾向があること、酸味と苦味においては鈍麻すること、そして、鼓索神経領域（舌尖）の味覚感度が鈍化することが示された。妊娠期および産後1か月の味覚感度については、妊娠により味覚機能が低下すること、そして、舌咽神経領域（舌奥）よりも鼓索神経領域（舌尖）の味覚感度が低下すること、4基本味質の味覚閾値の中でも特に甘味の味覚感度が鈍化する傾向にあることが明らかになった。</li> <li>2. 妊娠女性の味覚感度と妊娠各期の体重増加量との相関関係から、甘味と苦味の味覚感度および電気味覚計による味覚感度は、妊娠中の体重増加量に関連していることが明らかになった。妊娠各期の体重増加量による味覚感度の比較から、妊娠中期から妊娠末期の1週あたりの体重増加量が推奨量を満たしていない者ほど、酸味の味覚感度が鈍麻すること、また、推奨体重増加量範囲内の者ほど苦味の味覚感度が鋭敏である</li> </ol>			

ということが示された。また、味覚感度正常群と異常群での体重増加量の比較から、甘味および酸味の味覚感度と妊娠各期の体重増加量が関連していることが示された。

3. 亜鉛摂取量と味覚感度との関連について検証により、亜鉛摂取量と味覚感度との関連性は認めなかった。味覚感度と栄養素摂取量との相関関係から、酸味の味覚感度が高い妊娠女性ほどナトリウム、食塩およびショ糖の摂取量が多い傾向にあること、電気味覚感度の高い妊娠女性ほど、食塩摂取量が少ない傾向にあることが示された。

#### 【考察】

1. 妊娠女性は非妊娠女性に比べ味覚感度が鈍化し、分娩を終えて黄体ホルモンの高濃度の分泌が終了した後、産後1か月の間に味覚感度が回復する傾向にあること、そして、甘味の味覚感度においては支配神経領域により異なった変化を示すことが示唆された。
2. 妊娠中の体重増減量には、4つの基本味質（甘味・塩味・酸味・苦味）の1つ味質の味覚感度が単独で関連しているのではなく、いくつかの味質が複合的に組み合わせることによる味覚感度の鈍化が深く関連していることが示唆された。
3. 濾紙ディスク法による4つの基本味質および電気味覚計による味覚感度の測定を臨床に取り入れ、妊娠中の体重管理の指導に味覚感度の視点を加えること、そして妊娠による味覚の変化についての妊娠女性の自己認識を高め、家庭での食事作り、特に味付けの面に活かすことがハイリスク妊娠の予防につながると考えられた。
4. 妊娠女性の亜鉛摂取量と味覚感度との関連性について検証できなかった点は、本研究に参加した妊娠女性は、1日亜鉛推奨量である11 mg/日（非妊娠時9 mg/日+付加量2 mg/日）をほとんどが満たしていなかったことが要因として考えられた。亜鉛摂取の不足は胎児の発育や分娩など母児のハイリスク発症にも繋がることから、妊娠女性に対し、日常における亜鉛摂取の必要性、亜鉛摂取不足による味覚への影響、亜鉛を多く含む食品等の紹介などを妊娠初期から行い、食事からの亜鉛摂取を促すことが必要である。
5. 味覚の変化が塩分やショ糖の摂取量の増量に影響を与えること、それがハイリスク妊娠への助長因子になり得る傾向が示唆された。

#### 【総括】

本研究から得られた知見として、妊娠女性は、妊娠により味覚の変化をきたし、産後1か月までの間に、味覚感度は非妊娠時までには回復する。妊娠により酸味の感度が鈍化した女性では、1週あたりの体重増加量が推奨体重増加量に達することなく、やせ傾向であること、併せて甘味の味覚感度が鈍化した女性に全妊娠期間の体重増加量が推奨体重増加量に達していない、あるいは推奨体重増加量以上の者が多く、そして、味覚の変化が塩分やショ糖の摂取量の増量に影響を与え、それがハイリスク妊娠への助長因子になり得る傾向が示唆された。また、妊娠女性の亜鉛摂取不足が明らかとなり、日常における亜鉛摂取の必要性、亜鉛摂取不足による味覚への影響、亜鉛を多く含む食品の紹介などを妊娠初期から行い食事からの亜鉛摂取を促すことが必要である。

これらのことから、臨床における助産師の妊婦への食生活指導の際には、対象妊婦の食事内容のみを情報収集するのではなく、味覚の変化をアセスメント指標として取り入れていくことが必要であり、妊娠中の体重管理の指導において、簡便に実施できる味覚感度測定を取り入れ、味覚感度の視点を加えることは、妊娠による味覚の変化についての妊娠女性の自己認識を高め、家庭での食事作り、特に味付けの面に活かすことができ、ハイリスク妊娠の予防につながる。

- (備考) 1. 研究の目的・方法・結果・考察・総括の順に記載すること。(1200字程度)  
2. ※印の欄には記入しないこと。