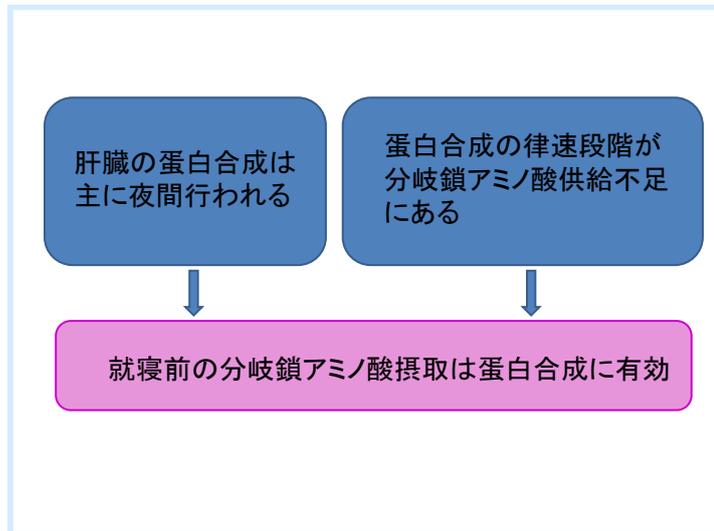


## 肝硬変における栄養管理～LESを中心に～

褥瘡対策・栄養サポート委員会では、褥瘡または栄養にまつわる勉強会を行っています。11月は、消化器・肝臓内科 中村仁美先生（NST Dr.）より、「肝硬変における栄養管理」についての講義でした。



肝硬変の人が夜食をとると？

夜間の長時間空腹状態を短縮してエネルギー代謝を正常に近づける

蛋白合成能をアップし肝機能向上  
アミノ酸バランスを保持

いいことづくし

①栄養療法 **肝硬変診療ガイドライン ステートメント**

ステートメント	グレード	エビデンスレベル		保険適用
		海外	日本	
<b>CQ2-02 肝硬変に対する就寝前エネルギー投与 (late evening snack: LES) は予後を改善するか？</b>				
<b>就寝前エネルギー投与 (late evening snack: LES) は肝硬変患者のエネルギー代謝を改善する。</b>	B	III	II	可

**【解説】**  
用いられた食品はいずれも200kcal相当で、おにぎりなどの軽食<sup>8),9)</sup>、通常の経腸栄養剤<sup>10)</sup>、肝不全用経腸栄養製剤<sup>11)-15)</sup>である。投与期間1週でエネルギー代謝(呼吸商)<sup>8)-10,12)</sup>、血中遊離脂肪酸、尿中3メチルヒスチジン<sup>11)</sup>、3ヶ月で血清アルブミン、窒素バランス<sup>12),13)</sup>、身体計測値<sup>14)</sup>、生活の質<sup>12)</sup>の改善が報告されている。なお血清アルブミンに対する有効性は16ヶ月まで証明されている<sup>15)</sup>。

「日本消化器病学会:肝硬変診療ガイドライン, p24, 2010, 南江堂」より許諾を得て転載

夜間食 (LES食) 200kcal分として、

- ・ 120g程度のおにぎり1ヶ
- ・ パン1枚、ジャムとミルクティー
- ・ クラッカー1袋とヨーグルト
- ・ BCAA製剤  
(へパンED、アミノレバンEN) など

肝硬変の人が夕食から翌日朝食まで(夜間睡眠時に)12時間近く何も食べないことは、健康な人が3日間絶食したのに匹敵すると言われています。よって肝硬変患者は、6時間以上絶食しないことが大切で、その対策には夜食療法(Late Evening Snack ; LES食)が推奨されています。

### 12月勉強会の予定

10月におこなわれたV. A. C. ATS®治療システムについて再講義を行う予定です。日程は追ってお知らせいたします。