

13. プレバイオテックス導入による便秘および便臭の改善評価

野村晴香¹⁾、川崎綾²⁾、福田順子²⁾、岩崎修美³⁾⁴⁾、山口真⁵⁾、内田勝幸⁵⁾、吾妻健¹⁾

¹⁾高知大学教育研究部医療学系看護学部門、²⁾医療法人緊愛会石川病院、

³⁾高知大学大学院総合人間科学修士課程看護学専攻、⁴⁾香長中央病院、⁵⁾株式会社明治

[研究の背景と目的]

施設入所高齢者において、便秘と便臭はなかなか改善されない重要な課題である。

本研究の最終目標は、施設入所高齢者の QOL 向上のため、この二つの課題を少しでも改善すべく、今回プレバイオテックスを用いた、食事療法の介入により、その評価を行うことを試みた。プレテストとして、株式会社明治製造の「おなか活カタブレット」を用い、このタブレットが便臭と便秘にどのような効果を持つか、健康な成人を対象に日本語版便秘評価尺度 (Constipation Assessment Scale 以下 CAS) ならびに 6 段階臭気強度表示法 (環境省) を用いて統計解析を行った。

[方法]

対象者は健康な女性 17 名、男性 2 名の計 19 名であり、平均年齢は 40.1 歳であった。期間は平成 22 年 7 月から 23 年 8 月にわたって対象者を随時募集しながら行われた。食事療法に関するデータ収集方法は、以下のように行った。まず、12 名に対して、プレバイオテックス入りおなか活カタブレット (以下タブレット) 3 粒を 1 日 1 回 2 週間摂取し、さらに残りの 7 名に対しては、4 週間摂取した。本研究で用いたプレバイオテックスは、一般にプロビオン酸菌による乳清発酵物の働きで、善玉菌であるビフィズス菌を増やし、腸内の環境が整えられ、排便状態が良好に保たれる効果があると考えられている。データは、便秘については排便に関する質問紙と CAS、また臭いの評価尺度については 6 段階臭気強度表示法により収集した。排便に関する質問紙は、日々の排便の回数と便の性状、臭いなど 8 項目である。CAS は、1 週間毎に記載された。データ解析は、Kruskal-Wallis 検定などノンパラメトリック方法 (SPSS, Ver15) を用いて摂取前と摂取 7 日目および 14 日目について分析した。倫理的配慮について、本研究は高知大学医学部倫理委員会からの承認を得ており、研究者は対象者に研究の主旨を説明し同意書に署名を得た。

[結果]

まず、便秘評価尺度である CAS については、Kruskal-Wallis 検定 (SPSSver.15) を行ったところ、CAS 合計平均点数は、摂取前 4.48 点から摂取 7 日目 3.20 点、14 日目 2.86 点に減少した。また「排便回数」でも平均点数が摂取前 0.62 点、摂取 7 日目 0.13 点、摂取 14 日目 0.19 点と有意に減少した ($p<0.05$)。また、臭いについては、食事療法導入前と摂取中を、同様に Kruskal-Wallis 検定を行ったところ、質問紙の項目のうち、「排便時の臭い」の平均点数が摂取前 2.98 点、摂取 7 日目 2.64 点、摂取 14 日目 2.42 点と有意に減少した ($p<0.05$)。

[考察]

本研究では、食事療法としてプレバイオテックスによる介入研究を行った。その結果、健康な成人における便秘緩和並びに便臭減少において有意な効果を得ることができた。このことは、プレバイオテックスが便秘緩和効果と便臭減少効果を有することを示唆し、今後、施設入所高齢者に本タブレットを用いた食事療法を取り入れ、両者の効果を検討する予定である。