

## 移植中の患者さんの栄養について

これから造血幹細胞移植を受けられる患者さんにご家族の方へ

- 造血幹細胞移植を受ける患者さんには移植前から栄養状態の低下がみられることがあります。原因としては、化学療法（地固め療法、寛解導入療法）などの副作用による食欲低下やがんがあることでの栄養状態低下、気持ちの落ち込みによる食事量の減少など様々です。
- 移植前に体重が多すぎる（体格指数：BMI30kg/m<sup>2</sup>以上）ことも、移植後の合併症を増やすことが知られています。
- 栄養状態は、体重の変化率と体格指数（BMI）、中でも標準体重（BMI18.5-25kg/m<sup>2</sup>）を維持することが大切です。体重や栄養状態が気になる方は、医師や栄養士にご相談ください。

### 簡単計算してみよう！体格指数・体重チェック

現在のあなたの体重  kg

$$\begin{array}{l} \text{あなたの体格指数} \\ \text{BMI} \end{array} = \frac{\text{現在の体重}}{\text{身長} \div \text{身長}}$$

$\frac{\text{m}^2/\text{kg}}{\text{kg} \quad \text{m} \quad \text{m}}$

BMI18.5未満は低栄養のリスクとなります

$$\begin{array}{l} \text{体重変化率} \\ \text{=} \end{array} \frac{(\text{現在の体重} - \text{半年前の体重})}{\text{半年前の体重}}$$

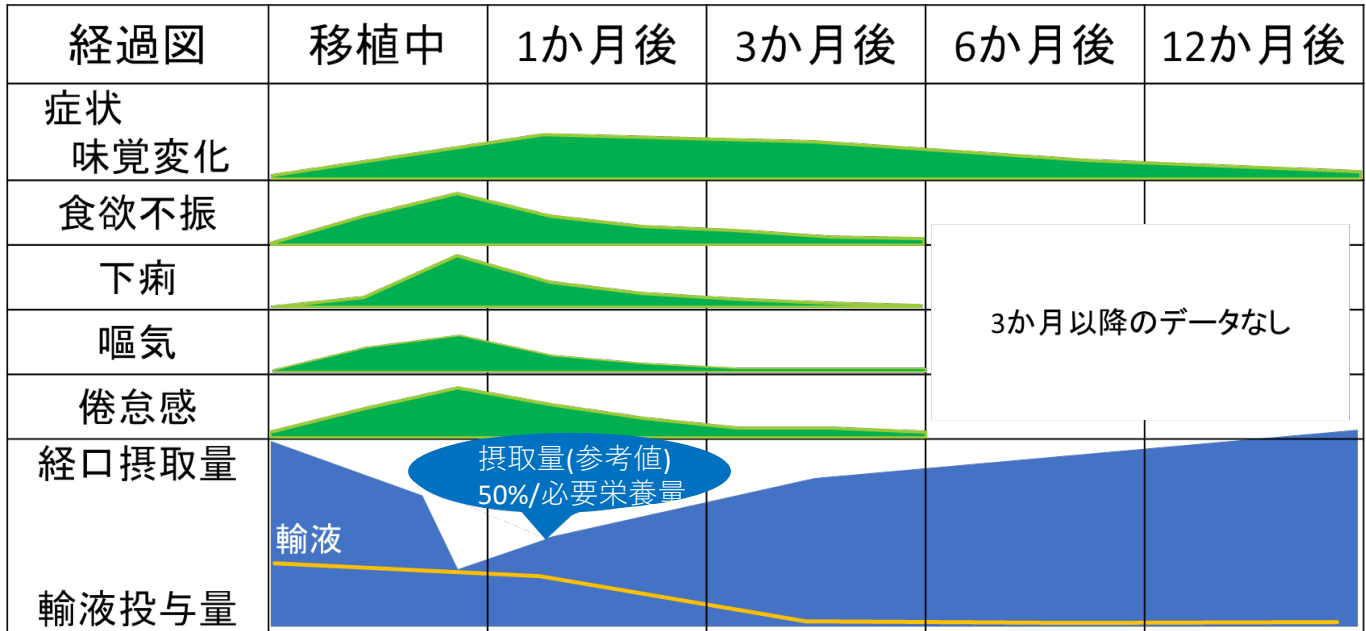
$\frac{\%}{(\text{kg} - \text{kg}) \div \text{kg}}$

半年で5%以上の体重減少は低栄養のリスクとなります（減量目的の体重減少を除く）

## 造血幹細胞移植後の副作用について

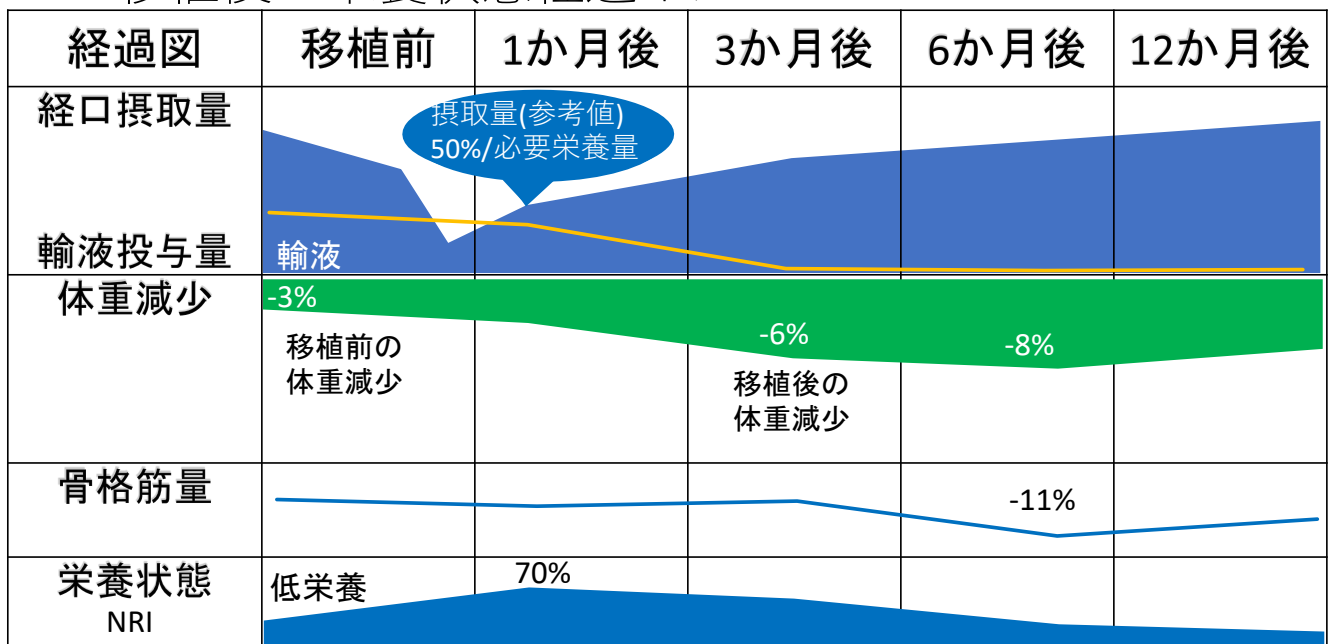
- 北大病院の患者さんの移植後の症状経過イメージです。移植前の前処置開始後から食欲に影響する多くの副作用が一度に起こります。副作用とともに食事は減少し、個人差はありますが、ようやく6か月程度で元に戻ります。

### 移植後の症状経過イメージ



- 食事が減少することで、体重や筋肉量が減少し、栄養状態が低下します。栄養状態の低下は、移植後の体力低下につながります。また、体重減少率が多いことは移植後の予後の悪化に影響することが知られています。

### 移植後の栄養状態経過イメージ



北海道大学病院 データ

- リハビリと同時に栄養をしっかりとることで体重減少率を減らし、筋肉量の維持、そして体力の低下を予防します。