

母子栄養摂取と運動に関する研究

1. 離乳の基本と見直し

☆小池通夫，小林昌和

要約：離乳期乳児の栄養、特に鉄分の動態を測定し、貧血には到らぬ鉄欠乏状態を把握する。次にその治療と適正な離乳法を検討する。

見出し語：乳児鉄所要量、鉄欠乏性貧血、鉄欠乏状態、鉄欠乏症状、離乳食

乳児の鉄所要量は1歳時体内鉄量から出生時のそれを引き、それが生後2—3ヵ月以降の約300日に補給され、鉄吸収率は10%として求められている（日本人の栄養所要量）。これは成人の1mg/日に比し著しく高値である。

$300 - 100 / 300 \text{ (日)} \times 1 \div 0.1 = 6 \text{ mg / 日}$

単純計算では出生時の100mgは成熟児でも6ヵ月ごろに消失するが、実際には母乳栄養児では0.1mg/dl以下の含量でも1歳までは十分足りるとされ、ラクトフェリンに保護された鉄の吸収と人工栄養中の非ヘム鉄との差を示している。しかしなお6ヵ月以降、離乳がすすむとともに固型食から十分鉄が補給される必要がある。

我々はこの離乳期の鉄の状態を4段階に分けて検討し、児の乳量、離乳食摂取量の調査と合わせて適正な離乳プランをたてることを目的と

☆和歌山県立医科大学小児科



検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



要約：離乳期乳児の栄養、特に鉄分の動態を測定し、貧血には到らぬ鉄欠乏状態を把握する。次にその治療と適正な離乳法を検討する。