

## 地域住民に見る亜鉛不足の実態と亜鉛の有効性

倉沢隆平 久堀修二郎  
(みまき温泉診療所)

2002年秋。フトしたことから『多くの医師が考えているよりも、遙かに多くの亜鉛欠乏症患者がいる』ことに気付いた。1961年、プラサドが“ヒトの亜鉛欠乏症の存在”を示唆する論文を出し45年余が過ぎた。この間、文献では実に多彩な亜鉛欠乏の症状が報告されている。日本では、“味覚障害と言えば亜鉛欠乏症”と知られているが、『これ程多彩な欠乏症状がある』と実感を持って知る医師は殆ど居ないと言っても良い。更に、この飽食の時代に余程特殊な場合を除いて、体内にほんの数グラムの微量元素亜鉛の欠乏が存在するとは、常識的に考えられないと言うのが常識で、それが証拠には、亜鉛欠乏症に対する保険収載薬も、現在は正式には無い。しかし、私共の経験した亜鉛欠乏の症状は、味覚障害は勿論。褥瘡、食欲不振、舌痛を含む舌、口腔咽頭症状はしばしばで、慢性の下痢や貧血もある。多くの症例で元気が回復し、実に多彩である。最近では、原因不明や難治とされる掌蹠膿疱症、類天疱瘡様の水疱形成、アフタ性口内炎も口唇炎も口角炎も、全身広範囲の角化傾向や肥厚を伴う慢性の皮疹や慢性湿疹様の皮疹や高齢者に極ありふれた四肢の容易にペロリと剥皮する脆弱な皮膚の状態やいわゆる老人性皮膚掻痒症の多くも亜鉛欠乏によることが判ってきた。こうして、この約五年間に亜鉛欠乏症疑い登録数は500名を超え、欠乏症と考える患者は350名を超えた。人口5,500名を主たる診療圏とする診療所としては大きな数である。その多くは亜鉛補充療法で比較的容易に改善治癒する。例えば、亜鉛欠乏による食欲不振は数日から1週程度の短期で劇的に回復し、殆どの褥瘡は軽症で数週、重症でも約3ヶ月前後で治癒する。多数の患者発見状況から、『地域住民に亜鉛不足の傾向がある』と予測。2003年、北御牧村村民の血清亜鉛濃度の調査をし、又、長野県下で総計4000名を超える地域住民の三疫学調査をし、『長野県民は微量元素亜鉛不足の傾向にある』ことを証明した。また、長野県が全国で余程特殊な事情でない限り、『日本国民は微量元素亜鉛不足の傾向にある』と言ってよいと考える。講演では、典型的症例や劇的な写真も示す。百聞は一見に如かずであろう。では、何故この様な亜鉛不足が生ずるのか？大胆な仮説を述べさせていただければ、私共は、『多くの食物に含まれる微量元素亜鉛のみならず微量だが大切な多くのものが、減少しているのではないか？農業、畜産業に問題あり。』と考えているのだが、如何であろうか？