

# グルタミンのお話



グルタミンは一般的には、非必須アミノ酸と言われているが、病気の際、つまり侵襲時には必須のアミノ酸とされているのじゃ




アミノ酸のグルタミンってどんな効果がありますか？私知ってるのは静脈栄養から経腸栄養へシフトする時に使用するぐらいなんですけど




だから静脈栄養から経腸栄養に切り替えるときにも他のどんな利用法があるのかな？

小腸の栄養吸収部位にある微絨毛は小腸を使用しなくなるとすぐに萎縮していき、その状態で経腸栄養などを入れると吸収不良が起こり下痢を起こすのじゃ。グルタミンはこの微絨毛の唯一の栄養源であり吸収され微絨毛の伸長に寄与するのじゃ。言い換えると小腸の健康状態を改善するのだ



健康な状態



小腸微絨毛の萎縮状態

微絨毛が萎縮した状態で多くの油脂や浸透圧の高い栄養剤を与えると下痢を起こすことがよくあるのだが、こういった時にもグルタミンは有効じゃ




臨床的には栄養吸収を改善できるため例えば血液中のアルブミン値が低い時は栄養吸収が悪いこともあり褥瘡などでも効果的じゃ




まさにピンチの際のグルタミンですね！

という事は低栄養の際や侵襲期や化学療法時にも使用されるべきなんですわ。急性期の患者さんだけでなく慢性期の患者さんにも利用できるわ

化学療法の際に発症する粘膜炎にも有効で、メタ解析(1)にも報告されている。グルタミン摂取による粘膜炎改善に関するメタ解析(1)も報告されている。またESPEN(2)のICU時のガイドラインでは熱傷や重傷外傷の際にグルタミンの投与をガイドライン(3)で推奨している



1:コクランレビュー2011年  
2:ヨーロッパ臨床栄養代謝学会  
3:2019年clinical nutrition in the intensive care unit