今月の用語

隣に伝えたい新たな言葉と概念

【亜鉛】

英 Zinc

略 Zn

当該用語の解説：

亜鉛は元素記号Zn，原子番号30の微量元素である．体内において300種類以上の酵素の活性化に必要な成分で，細胞分裂や核酸代謝などに関与している[1)]．成人の食事における亜鉛摂取推奨量は1日当たり8～11 mgであり，体内には約2,000 mg貯蔵され，骨格筋，骨，皮膚などに分布している[2)]．高齢化社会や食生活の変化が進む本邦において，慢性的な亜鉛の摂取不足が指摘されている[3)]．また，膠原病，糖尿病，慢性腎臓病など多くの疾患患者では，様々な要因により血清亜鉛濃度の低下を認める[1)]．よって，亜鉛欠乏は稀ではない．亜鉛欠乏症には易感染性，貧血，口内炎，食欲低下などがあり，臨床上の問題となりうる．近年では「低亜鉛血症」として亜鉛製剤の処方が可能となり，亜鉛補充療法が充実しつつある．亜鉛補充療法の適応は以下となっており，亜鉛欠乏の早期発見，早期治療が求められている．

【亜鉛補充療法の適応】[1)]

以下の1～3を満たす場合

1．下記の症状・所見／検査所見のうち1項目以上を満たす

症状・所見：易感染性，貧血，口内炎，食欲低下，味覚障害，皮膚炎，褥瘡（難治性），脱毛症，性腺機能不全，発育障害（小児で体重増加不良，低体重），不妊症

検査所見：血清アルカリホスファターゼ（ALP）低値※

※近年，血清ALP値は亜鉛欠乏の指標とはならないと報告されている[4)]

2．上記症状の原因となる他の疾患が否定される

3．血清亜鉛濃度低値　血清亜鉛濃度60 μg/dL未満：亜鉛欠乏症

血清亜鉛濃度60～80 μg/dL未満：潜在的亜鉛欠乏症

その他必要事項（本用語とつながりの深い専門分野，関連学会など）：

1）児玉浩子，板倉弘重，大森啓充ほか：亜鉛欠乏症の診療指針2018．日本臨床栄養学 40(2)：120–67，2018

2）伊藤貞嘉，佐々木敏（監修）：亜鉛．日本人の食事摂取基準2020年版，第一出版，東京，2020，pp. 322–6

3）吉永眞人，池田裕子，樽井里佳ほか．当院健診受診者における血中亜鉛濃度の世代別調査について．総合健診 46：273–5，2019

4）安藤翔治，春田典子，緒方優子：血清アルカリホスファターゼ値は亜鉛欠乏の指標とならない　～亜鉛欠乏の指標における検討～．日本病態栄養学会誌 26(2)：185–93，2023

安藤　翔治　国立病院機長崎医療センター　管理栄養士