

## ワークショップ2

## 血色素不採血者に対する取り組み ～鉄分添加食品の血色素上昇への影響を考える～

宮本暁子, 奥 裕子, 東野麻祐子, 辻 万喜, 北出智哉, 逢坂泰弘, 中出佳秀, 嶋田博之, 堂代和孝,  
佐藤克明, 田村康一(和歌山県赤十字血液センター)  
高岸壽美(日本赤十字社和歌山医療センター)

## 【はじめに】

和歌山県の血色素不採血者数は平成23年度を除き献血申込者数の10.0(%)を超えている。

血色素不採血による申込比を全国と比較したところ、昨年度は、全国平均では献血申込者数の7.4%であるのに対し和歌山県においては10.0(%)である。男女別の不採血者を比較すると、女性の不採血者が圧倒的に多い。

和歌山県の女性のみに焦点をあて、血色素不採血者数の申込比率を調べると19～31%と高い比率を示している。

女性の血色素不採血者数は、通年4,000人以上である。

図1は、女性の血色素不採血者数が目立った平成24年12月、平成25年1月、5月、6月の各1ヶ月の女性の400mL献血の血色素不足による不採

血者を示し、縦が血色素値、横が人数を表し、血色素値12.4g/dLから0.1刻みで示している。

12.4g/dLと12.3g/dLを合計すると約40～70人となる。

表1は12.0～12.4g/dLの血色素不足の不採血者数を、血色素不採血者数全体の割合で表している。あとわずかで献血基準に満たない不採血者が約40～45%と半数近くを占めていることがわかる。

低血色素者に、栄養指導をして鉄分豊富な食品をすすめているが、食品の調理は、手間暇がかかり、また大量に鉄分豊富な食品を毎日摂取することは不可能との声を聞くことがある。現代女性の生活スタイルを考え、手軽に取り組みやすい手段はないか考えた。

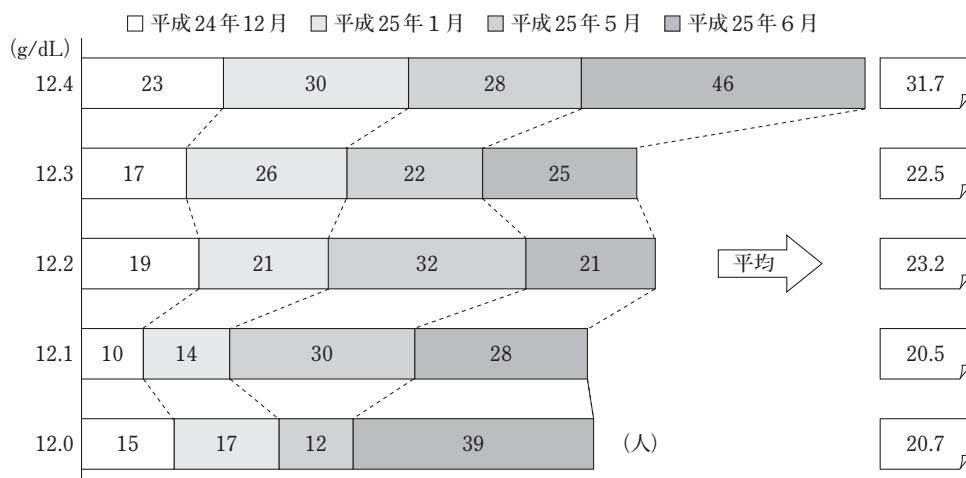


図1 血色素値でみる不採血者数

表1 血色素値でみる不採血者数とその割合(女性)

移動採血車(和歌山)

	12.4～12.0g/dL(人)①	血色素不採血者数(人)②	割合①/②(%)
平成24年12月	84	199	42.2
平成25年1月	108	242	44.6
平成25年5月	124	311	39.8
平成25年6月	159	360	44.1

## 【目的】

①鉄分添加食品摂取による血色素値への影響を知る。

②低血色素が原因と考えて献血に協力いただいている人の意識の改革を行う。

献血者数が減少傾向にある中、不採血者を献血可能へと導く方法として、良い方法はないかと考え、身近で誰もが利用できる鉄分添加食品を取り入れ、血色素値への影響を知り、また不採血者の献血への意識改革を行うことを目的として取り組んだ。

調理不要で手軽に摂取可能、好き嫌いがあまりない。カロリーの心配なく吸収の良い、また持ち運びも簡単なウエハースを選択した。ウエハース1枚で2mgの鉄分を含有している。また、安価である。

## 【対象および方法】

〈対象〉A群女性：若年層(平均20才)

B群女性：中年層(平均53才)

※前回の献血で血色素不採血者

〈方法〉市販の鉄分添加食品(ウエハース)

1回1枚を1日2回(計4mg)朝・夕

1カ月間摂取

〈実施期間〉平成26年6月～平成28年1月

〈測定機器〉簡易型ヘモグロビン測定装置

今回は、どの年齢にも血色素値への影響があるのか知りたく、A群若年層にB群中年層を加えた。平成26年6月～平成28年1月の期間内に市販の鉄分添加食品(ウエハース)を1回1枚、1日2回(計4mg)朝・夕1カ月間摂取した。測定機器は簡易型ヘモグロビン測定装置を使用した。さらにA群にはアンケートを行いウエハースの食べた感想を聞いた。

この研究の趣旨については、倫理規定にのっとり献血者に十分に説明を行い、納得、同意を得た。

また、個人情報管理には十分な注意を払った。

## 【結果】

A群では献血申込者83名。低血色素者13名中全員に血色素値に増加がみられた。摂取前の平均値は11.4g/dL。摂取後の平均値は12.0g/dL。平均0.6g/dLの増加があり、最大で1.1g/dLの増加がみられた。そのうち200mL献血は4名、400mL献血は3名が献血可能となった。

B群では献血申込者56名。低血色素者は20名であり、そのうち協力を得られた6名中4名の血色素値に増加がみられた。血色素値の変化なく、血色素値減少が各1名みられた。

摂取前の平均値は11.5g/dL。摂取後の平均値は11.8g/dL。平均0.3g/dLの増加を認め、最大1.5g/dLも増加がみられた献血者もいた(図2)。

実際ウエハースを食べた感想を聞いた。ゴマ味が美味しい、食べやすい等の好評な意見も聞き、献血できた喜びを分かち合う姿も見られた。便秘気味になった献血者2名以外はとくに大きな副作用の症状等はみられなかった。

## 【考察】

女性の献血者では多くの血色素不足が原因で不採血となることから何等かの対策が必要である。

ウエハース摂取後、大半の献血者の血色素の増加を認めたことから、今後は協力者確保のために協力事業所数を増やしていきたい。

日々の食物での鉄分摂取は調理の煩雑さ等から困難である。そのため、手軽に摂取できるウエハースは好評かつ効果的である。

ウエハース摂取に協力いただいたことでこれから献血を担っていく若い世代の意識改革につながったと考える。今回は年齢層を広げ比較調査を試みたが、中年層の協力者数の確保に苦慮し、これから課題と考える。和歌山県の血色素不採血者が全国では最下位である現状を改善するために

鉄分添加食品等を推奨していき、血色素不採血者  
を献血者へと変えていく取り組みを継続していき

たい。

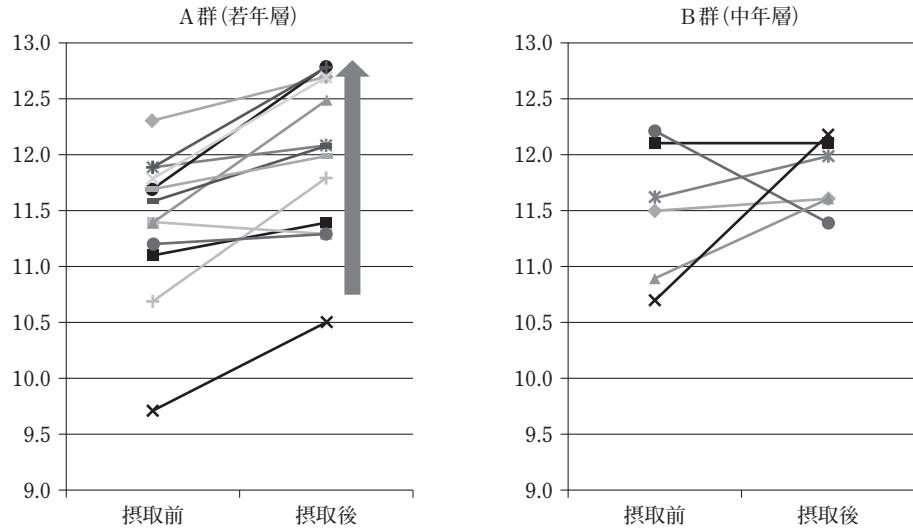


図2 結果