

# 微量元素欠乏症(亜鉛、銅、セレン)

## 原因と症状と治療

・症状から不足している微量元素(金属)を推定して、血液検査で診断します。

	誘因	症状	治療
亜鉛欠乏症	肝硬変、糖尿病、慢性炎症性腸疾患、慢性腎臓病、キレート剤の内服	・味覚異常、皮膚炎、口内炎、脱毛、褥瘡、食欲低下、発育障害、貧血、口内炎、男性機能異常、不妊症、易感染性、骨粗鬆症	・牡蠣、肉、レバーを摂取する。 ・ポラプレジングや酢酸亜鉛を内服する(過剰摂取に注意する)。
銅欠乏症	胃切除、吸収不良症候群、亜鉛過剰摂取、微量元素なしの高カロリー輸液	・脊髄症による歩行障害やしびれがおこることが多い ・視力障害や排尿障害がおこることもある。	・ココアやエンシュアリキッド®を摂取する ・治療が遅れると治らないことも多い。
セレン欠乏症	偏食や高カロリー輸液で起こる。	・爪の白色化・変形、筋肉痛、筋力低下、不整脈、心不全などがおこる。	・肉、海産物、ニンニク、穀類を摂取する。

## さいごにひとこと

・偏食に注意をしてください。

みやさきクリニック 宮崎秀健