

あすへの提言

# 医療最前線 Drリポート

260

## 脂肪肝には植物性たんぱく質を

日本大学松戸歯学部は、歯科学を「口腔科学(Oral Science)」と捉え、医学の一分科としての教育を展開。最前線で活躍する歯科・医科のスペシャリストに、医療現場の現在と未来について連載でリポートしてもらおう。



日本大学松戸歯学部  
付属病院  
内科学教授  
中山 壽之 先生

Doctor

ずなんですかねえ。

ご隠居：日本大学松戸病院  
『肝臓に脂が付いている』『脂  
じや、管理栄養士が食事を  
脂肪肝』『フオアグラだ』っ  
て言われまして。

ご隠居：ははあ、熊さんも  
仲間入りか。肝臓の細胞が  
百あるとすると、健康な人  
でも脂は三つ分ほど。それ  
が三割以上たまった状態が  
脂肪肝だ。

熊さん：三割も！？そりゃ  
もう霜降りですな。

ご隠居：エコーやCT  
で一目瞭然だ。日本  
大学松戸病院なん  
ぞは、CTで肝臓を上  
から下までしっかり  
診てくれる。

熊さん：あの、でっ  
かい機械で寝かされ  
るやつですか。

ご隠居：そうそう。  
脂がたまると、肝臓  
が白っぽく見える。

放つとくと、冗談じや  
なくフオアグラだ。

熊さん：原因はやつ  
ぱり食べ過ぎ、飲み  
過ぎですか？

ご隠居：脂肪肝には  
三つある。食べ過ぎ  
型、飲み過ぎ型、そ  
してはやっぱり食べ  
型。

熊さん：ばつかり？

ご隠居：卵だけ、リ  
ンゴだけ。極端な歹  
イエットだな。中山  
先生も『偏った食事  
は、かえって肝臓を悪くす  
る』と注意しておられる。

熊さん：じゃあ、あつしは  
病院

ご隠居：食べ過ぎ、飲み過ぎ、  
運動不足の三点盛りだ。

熊さん：並盛りで頼んだは  
11(代表)。

ご隠居：ビール350ml  
(アルコール20g)まで。

それ以上は肝臓が無言にな  
ります。

熊さん：それがね、ご隠居。  
あつしの年の数だけじゃ福  
が足りねえ気がして、ご隠  
居さんの分まで食っちゃま  
つた。今朝から腹が張ってし  
よがねえ。

ご隠居：それがね、ご隠居。  
あつしの年の数だけじゃ福  
が足りねえ気がして、ご隠  
居さんの分まで食っちゃま  
つた。今朝から腹が張ってし  
よがねえ。

ご隠居：そりゃそうだ。煎  
り豆は固くて消化に時間が  
かかるとは、冬は春へ  
と席を譲ります。長屋の戸  
口には、ゆうべの豆がまだ  
転がっております。そこへ  
ご隠居と熊五郎が顔を合わ  
せてまして。

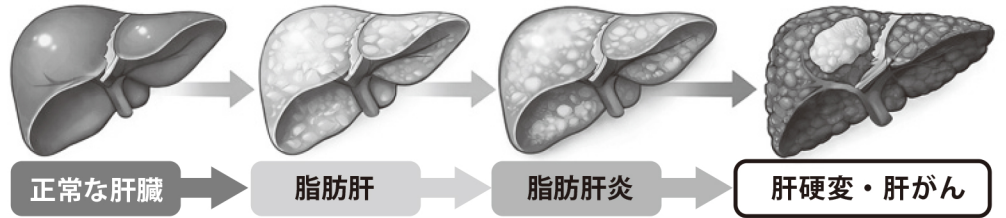
ご隠居：熊さんや、ゆうべ  
は年の数だけ豆を食ったか  
ら？

熊さん：肝臓に豆？初耳で  
す。

ご隠居：豆腐、納豆、豆乳。  
煎り豆より消化がよくて、  
毎日食うならこつちだ。

熊さん：そいや八つあんな  
が言つてましたが、酒飲ま  
なくても脂肪肝になるとか。  
ご隠居：最近はそのが多い。  
酒よりも、食べ過ぎと運動  
不足。内科学の中山先生も、  
よく『肥満が一番の原因だ』  
と話しておられる。

### 脂肪肝の進み方



脂肪肝は進むと肝硬変や肝がんになります。

■日本大学松戸歯学部付属

病院

☎047-360-711 (コールセンター)。  
☎047-368-611 (代表)。