

あすへの提言

# 医療最前線 Drリポート

## 脂肪肝もいびきもダイエットで治そう! 261 問題はやせる方法



中山 壽之 先生

日本大学松戸歯学部  
付属病院  
内科学教授  
中山 壽之 先生

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う。

Doctor

ば、癌にもなりにくくなるかもしれねえ、ってわけだ!

ご隠居…まさにその通りじゃ。ただしな、ダイエットでの気合だけじゃどうにもならん。絶食は逆効果じゃ。炭水化物を半分に減らした、バランスのよい食事。そして食事のたびに水を飲む。これで消化吸収が安定し、無理のない減量につながるって言われておる。地道な戦略が必要じゃ。

ご隠居(続けて)…日本大学松戸病院の中山先生の外来では、2年がかりでダイエットに成功し、肝機能が見違えるほど良くなった患者さんが何人もいるそうじゃ。チームでの指導力が、たいしたものなんじゃろうな。おまけに、痩せたらいいびきまで静かになったという話じゃ。



熊さん…これにこりて今日からダイエット始めなきや。やり方は、ご隠居と中山先生に頼るとするか。

ご隠居(無理せず、欲張らず、続けることじゃ。一年で1kg痩せれば御の字と考えてな。

熊さん…だな。ご隠居と先生に、しっかり指南してもらうとするか。

春の風が、縁側をすつと通り抜けます。“春”は、聞こえてくるだけじゃない。こえてくるだけじゃない。こえてくるだけじゃなく、体の中にもそつと訪れるようにございます。——おあとがよろしいように。



■日本大学松戸歯学部付属病院

☎047・360・7111(コールセンター)。  
☎047・368・6111(代表)。

ご隠居…お、おい…。検査の結果かい?

封を切つて、じつと見ると…しばらく沈黙。ご隠居…。良性腫瘍だそう。

お前さん! 二人は、まるで“りくりりう”のように抱き合つて、声を上げて泣いています。



日本大学松戸歯学部付属病院

昨日は桃の節句。春の日は差しがぼかぼかと背中を押してくる。どこからともなく、ヴィジュアルディの「春」が聞こえてくるような、そんな昼下がりでございます。縁側には、いつもの顔ぶれ。

八つあん…実は困ったことになつちまつてね。赤ひげ先生のところで検査したら、肝臓に腫瘍があるって言われちまつてさ。「食つて飲んでばかりじゃ、いずれ癌になるよ」って、かかあに脅されていたのが正夢になつちまつた。

熊さん…なんだい、とうとう来たか。脂肪肝に癌が生えちまつたってわけかい? ご隠居…まあ待て、熊。二人とも、ずいぶん勉強したようじゃが、腫瘍がある。と“癌だ”は似ているようで大違いじゃ。肝臓の腫瘍には良性もあれば、悪性も

ある。前癌病変というものもある。慌てる前に、超音波CT、MRIの三つは調べてるのが筋じゃな。八つあん…ええ…。今は結果待ちでして。夜になると、目は閉じてるんですが、頭が眠つちやくれません。熊さん…でもよ、八つあんはB型肝炎もC型肝炎もな

いんだろ? 食いすぎが原因の脂肪肝だったはずだ。つてことは、痩せりゃあ、肝臓癌の心配も減るってことかい? ご隠居…その通りじゃ。最新の研究じゃが、ダイエットで脂肪肝が改善すると癌の土台になる肝臓の線維化まで良くなる、という報告がある。熊さん…ええ、そりゃ大したもんだ。太つて脂肪肝が進めば癌になりやすいが、痩せて脂肪肝が良くなれば、癌にもなりにくくなるかもしれねえ、ってわけだ!