

# 肝ぞう通信

## 第 6 号 《 肝臓病を守る食事 》

### お知らせ

肝疾患医療センターは、肝疾患に関する心配事や悩み事のご相談にお応えしています。

当院では、総合相談室が窓口になっております。

場所：病院 1 階  
総合相談室

受付時間：

平 日 9：00～15：00

土曜日 9：00～12：00

(第 2・4 土曜日除く)

### ご案内

当院では、管理栄養士による個別の栄養相談を行っております。医師からの依頼が必要であるため、診察時にご相談ください（予約制、個別栄養指導料が発生します）。

### 次回号

テーマ：肝硬変

2021 年 1 月 5 日発行予定

### 発行責任者

東海大学医学部付属病院  
肝疾患医療センター長  
加川 建弘

## 肝臓病の食事療法

肝臓は、私たちが食物からとった栄養分を体内で利用できる成分に変え、貯蔵し、全身に送り込む重要な働きをしています。また、その過程でできた有害物質を解毒し、身体に不要な物質や老廃物を体外に排出する大切な臓器です。

肝臓がこうした働きを行うには、バランスのよい食事を心がけ、たんぱく質、ビタミン、ミネラルなどの栄養素を摂ることが必要です。毎日の食事から肝臓に必要な栄養素を十分にとり、肝臓に負担をかけず、治療効果をあげるためにも、食事療法はとても大切です。

今回は「バランスの良い食事の基本」を紹介いたします。

