

医師が執筆する「パワーアップ! 食と健康(第13回)」 上月正博先生が「腎臓を強化する食事法」について解説

株式会社ファンデリー（代表取締役 阿部公祐 以下、当社）が運営する、医師による Web メディア「パワーアップ! 食と健康(第13回)」を9月13日（水）に掲載いたします。

当社は、一人でも多くの方に健康的な毎日を過ごしていただくため、低栄養・フレイル・サルコペニアの予防・対策に関して、医師による食と健康法をアドバイスする Web メディア「パワーアップ! 食と健康」を運営しております。

本日、第13回『腎臓を強くするための食べ物や食べ方』を配信いたします。今回は、日本腎臓リハビリテーション学会理事長、国際腎臓リハビリテーション学会理事長を務めた後、東北大学名誉教授、山形県立保健医療大学理事長・学長としてご活躍されている上月正博先生に執筆いただきました。

上月先生が提唱されている腎臓リハビリテーションとは、運動療法、食事療法と水分管理、薬物療法、教育、精神・心理的サポートにより、腎疾患や透析医療に基づく身体的・精神的影響を軽減させるための包括的なプログラムです。このうち、食事療法と運動療法について詳しく解説いただいております。腎臓病の予防から治療まで汎用性の高い内容です。

■「パワーアップ! 食と健康」の概要



The banner features a blue background with a white grid pattern. On the left, a cartoon illustration of a male doctor in a white coat and blue tie points upwards. The main text is in large, bold, green and white characters: 'パワーアップ! 食と健康'. Below this, three blue circular icons contain the words '低栄養', 'フレイル', and 'サルコペニア'. At the bottom, a green bar contains the text '「予防」と「対策」で健康的な毎日を'. In the top right corner, the 'mealtime' logo is visible. Above the main title, it says '第2・4水曜日更新' (Updated on Wednesdays of the 2nd and 4th).

更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)

次回は2023年9月27日(水) 13時

URL：<https://powerup.mealtime.jp>

執筆者：東北大学名誉教授

山形県立保健医療大学 理事長・学長
医学博士 上月 正博 先生

テーマ(第13回)：

『腎臓を強くするための食べ物や食べ方』



経歴：東北大学医学部卒業

メルボルン大学内科招聘研究員、
東北大学医学部附属病院助手、
同講師を務める

東北大学大学院医学系研究科障害
科学専攻内部障害学分野教授

日本腎臓リハビリテーション学会
理事長、国際腎臓リハビリテーシ
ョン学会理事長を歴任し、現職

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ファンデリー MFD 事業部バリューイノベーションG 管理栄養士 原田 侑奈

TEL：03-5249-5125 FAX：03-5249-0606 E-mail：info@mealtime.jp

■数値改善を実現させる『ミールタイム』 <https://www.mealtime.jp/>