

## 南長野医療センター篠ノ井総合病院 小林隆洋先生が 心不全に合併しやすい低栄養・悪液質の特徴と予防法を紹介 Web メディア「パワーアップ！食と健康」を 1/14（水）配信

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、医師が執筆する Web メディア「パワーアップ！食と健康（第 69 回）」を、1 月 14 日（水）に掲載いたします。

当社は、フレイル・サルコペニアを予防し、健康寿命を延伸するための食生活について医師が解説する「パワーアップ！食と健康」を運営しております。

第 69 回は小林隆洋先生に執筆いただきました。小林先生は、信州大学医学部を卒業後、長野県内の総合病院で循環器内科に従事し、2020 年から現在の長野厚生連南長野医療センター篠ノ井総合病院で勤務されています。長野県内のサルコペニア・フレイル指導士を中心とした多職種の集まりである「信州サルコペニア・フレイル研究会」を結成し、啓発活動も行われています。

### 第 69 回 心不全に合併しやすい低栄養・悪液質とその対策



南長野医療センター篠ノ井総合病院  
医師 小林隆洋 先生

心臓病の中でも特に多い「心不全」は、心臓が悪いために息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です。心不全と「低栄養」は相互に影響しており、低栄養を合併すると、死亡リスクは 2 倍以上高くなると説明されています。また、低栄養を引き起こす要因に「心臓悪液質」が挙げられ、体重減少や、食欲不振、筋力低下を生じるため、予防が重要であると述べられています。

対策には、たんぱく質や必要なエネルギーをきちんと摂取することが重要であると紹介いただきました。



■「パワーアップ！食と健康」の概要

更新日：毎月 2 回（第 2・第 4 水曜日）

次回は 2026 年 1 月 28 日（水）13 時

<https://powerup.mealtime.jp>



【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ファンデリー 経営企画室 管理栄養士 北川明日香

TEL：03-6741-5880 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>