

日本語版推薦文

本書を紹介する機会をいただいたこと、大変うれしく光栄に思います。それというのも2016年に本書の改訂5版の日本語訳『ポケットアトラス栄養学』を手にしてから常に傍らに置き、ことあるごとに開き繰り返し読んできたからです。以前は、何冊もの栄養学と生化学の教科書をところどころ参考理解していた内容が、一冊でより深くコンパクトにまとまっていたのです。

その後、出版元であるガイアブックスの吉田社長とお会いする機会があり、講演資料などで図表を利用することをご許可いただくことができ、学会や講演会などで使用する資料や教科書の質が大きく向上しました。医師向けのセミナーや勉強会などでは、常に『ポケットアトラス栄養学』を推薦していたので多くの医師が手に取ってくれたのではと思っています。

本書はそのような素晴らしい『ポケットアトラス栄養学』の最新第8版です。ここ数年で3回改訂していたことが驚くべきことですが、本書はまさに最新の情報がアップデートされ素晴らしい内容となっています。とくにビタミンAとビタミンDが関与する粘膜免疫について詳細に図とともに記載され感染予防における栄養の重要性が示されています。またビタミンAの摂取量については明快に記載されており栄養療法に関係するものとしてまさに溜飲を下げる思いでした。さらに多くの問題を感じている我が国における周産期の栄養指導には、本書のような科学的エビデンスに基づいた内容を参考に早急に改善が必要と感じています。

ここ数年、一般の方々の栄養に関する関心と興味は増しています。それに伴いネットなどでは多くの情報があふれ、正しい知識をもとに情報を選択することが医療従事者として必要なことになっています。本書は、人の健康に関わる全ての医療従事者にとって必携の書であると思います。一通り読み終えた後には、常に傍らに置き辞書のように繰り返し利用することをお勧めします。

このような良書を継続して日本に紹介してくれたすべての方へ深く感謝申し上げます。

最後に本書が、ひとりでも多くの医師および医療従事者、さらに栄養に興味をもつ一般の方々の座右の書となり活用されることを願います。

一般社団法人オーソモレキュラー栄養医学研究所代表理事

医療法人回生會みぞぐちクリニック 溝口 徹