



車内の金城学院大学

119限目

「臨床栄養管理論」

## 「江戸時代の病気の正体!？」

### 〔ビタミン欠乏症〕

江戸時代において、最も豊かで華やかな元禄期。実はその陰で、ある病気が江戸で大流行し多くの人命が失われたそうです。その原因は「白米」。この時代、精米技術が発達し、江戸には白米が出回るようになりました。それまでは玄米や麦飯が主食だったのですが、それが白米に変わっただけで深刻なビタミンB1欠乏症が起こり、「脚気」という病気が大流行したのです。当時は副食をしっかりと食べる習慣が定着しておらず、玄米等から微量ながらも様々な栄養素を補っていましたが、精米することによってそれらを得ることができなくなったのです。このように、偏った食生活は知らないうちに栄養素の欠乏に繋がっていることも多く、現代医療においても、入院患者の栄養療法などでは細心の注意が払われています。私たちの身体は様々な栄養素を必要としており、そのバランスを軽視すると思わぬ病気にかかることもあるのです。

栄養を学び、人の暮らしと健康を支える。それが生活環境学部 食環境栄養学科。

 130

Dignity & Humanity  
KINJOGAKUIN ANNIVERSARY 2019

強く、優しく。



金城学院大学