

肝臓と胆嚢とすい臓の病気：非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD)

非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD：ナッフルディー、ナッフルド) は、アルコールやウイルスなどを原因としない脂肪肝の総称です*。肥満、生活習慣病との関連が高いとされています。

*2023年に海外の学会で名称変更の発表があり、日本でも今後名称や病態の分類の見直しが行われる見込みです。

このテーマを探するときのキーワード：

同じ病気でも異なる言い方をすることがあります。このブックリストに載っていない情報を探したい時は下のキーワードを参考にしてください。

脂肪肝、NAFLD、NASH、非アルコール性脂肪性肝疾患、非アルコール性脂肪肝炎

難易度：☆やさしい ----- 難しい☆☆☆

資料が想定している読者層を参考に、難易度を3段階で示しています。一般の方向け☆☆～☆☆、学生向け☆☆～☆☆、看護師・メディカルスタッフ向け☆☆～☆☆☆、医師向け☆☆☆が目安です。

ウェブサイト

難易度	☆	資料の種類	ウェブサイト
タイトル	国立研究開発法人 国立国際医療研究センター. 肝炎情報センター > 非アルコール性脂肪性肝疾患		
URL	http://www.kanen.ncgm.go.jp/cont/010/shibousei.html		
主な内容	<input checked="" type="checkbox"/> 病気の概要 <input checked="" type="checkbox"/> 検査 <input checked="" type="checkbox"/> 治療 <input checked="" type="checkbox"/> 食事 <input checked="" type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> 予防 <input type="checkbox"/> その他 ()		
この資料について	NAFLD と関連の高い生活習慣病や肥満の改善が治療のポイントとなり、食事運動療法が効果的とされています。肝炎体操 (https://www.kanen.ncgm.go.jp/gymnastics/gymnastics/kanen.taisou.html) のページでは、動画、スライド、PDF の3タイプで、誰でも簡単にできる体操が紹介されています。		
作成年月日	2023年11月10日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ

難易度	☆	資料の種類	ウェブサイト
タイトル	日本消化器病学会ガイドライン > 患者さんとご家族のためのガイド > NAFLD/NASH ガイド 2023.		
URL	https://www.jsge.or.jp/committees/guideline/disease/pdf/naflid_2023.pdf		
主な内容	<input checked="" type="checkbox"/> 病気の概要 <input checked="" type="checkbox"/> 検査 <input checked="" type="checkbox"/> 治療 <input type="checkbox"/> 食事 <input type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 介護 <input checked="" type="checkbox"/> 予防 <input type="checkbox"/> その他 ()		
この資料について	日本消化器病学会が一般市民向けに作成したガイドです。最新の診療ガイドラインに基づいています。病気の概要や検査、治療について解説しています。		
作成年月日	2023年11月20日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ

難易度	☆	資料の種類	ウェブサイト
タイトル	一般財団法人 日本肝臓病対策支援財団. 肝臓の病気のお話 > 非アルコール性脂肪肝炎とその治療について		
URL	http://jldf.jp/public/naflid.shtml		

主な内容	■病気の概要 ■検査 ■治療 ■食事 ■運動 □介護 □予防 □その他 ()		
この資料について	特に、血液検査、超音波検査、CT 検査、MRI 検査、肝生検の特徴がコンパクトにわかりやすくまとめられています。		
作成年月日	2023 年 11 月 10 日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ

難易度	☆	資料の種類	ウェブサイト
タイトル	KOMPAS 慶應義塾大学病院 医療・健康情報サイト. 非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD)		
URL	https://kompas.hosp.keio.ac.jp/contents/000809.html		
主な内容	■病気の概要 ■検査 ■治療 □食事 □運動 □介護 □予防 □その他 ()		
この資料について	専門用語が使われているためやや難しいかもしれませんが、病気の概要や診断、治療について詳しく書かれています。		
作成年月日	2023 年 11 月 20 日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ

難易度	☆☆☆	資料の種類	ウェブサイト
タイトル	日本消化器病学会ガイドライン > ガイドライン一覧 > NAFLD/NASH ガイドライン一覧.		
URL	https://www.jsge.or.jp/committees/guideline/guideline/naflid.html		
主な内容	■病気の概要 ■検査 ■治療 □食事 □運動 □介護 ■予防 □その他 ()		
この資料について	日本消化器病学会が作成した医療者向けのガイドライン。NAFLD/NASH の診療に関する最新の標準的内容がわかります。		
作成年月日	2023 年 11 月 20 日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ

図書：

全国の図書館での所蔵や Amazon の販売状況を調べられる「カーリル」へのリンクを紹介しています。表示された画面の中ほど「もっともっと探す」の下、□の図書館をまとめて探すから、都道府県別に図書館の所蔵状況がわかります。身近な図書館で所蔵していない時は、その図書館の窓口で相談してみてください。購入リクエストを受け付けている場合や、図書館同士の協力制度で他の図書館から借りることができる場合があります。また、カーリルでは「Amazon 詳細ページへ」から Amazon の商品画面へリンクが張られています。

難易度	☆	資料の種類	図書	ISBN	9784789518642
タイトル	おかずレパートリー脂肪肝・非アルコール性脂肪肝炎・アルコール性肝炎：70レシピ（食事療法おいしく続けるシリーズ）				
著者	加藤眞三ほか著	出版社	女子栄養大学出版部	出版年月	2018.2
主な内容	■病気の概要 □検査 □治療 ■食事 □運動 □介護 □予防 □その他 ()				
この資料について	無理なく長く食事療法を続けるためのレシピや、エネルギー、脂質、塩分量を抑えるための調理のコツが紹介されています。また、外食時の上手な食べ方も解説されています。				

カーリル URL	https://calil.jp/book/4789518647		
作成年月日	2023年11月10日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ

難易度	☆	資料の種類	図書	ISBN	9784309288451
タイトル	図解ですぐわかる！自力でみるみる改善！脂肪肝				
著者	栗原毅著	出版社	河出書房新社	出版年月	2020.12
主な内容	<input checked="" type="checkbox"/> 病気の概要 <input type="checkbox"/> 検査 <input type="checkbox"/> 治療 <input checked="" type="checkbox"/> 食事 <input type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> 予防 <input checked="" type="checkbox"/> その他（セルフケア（生活習慣））				
この資料について	自分で改善できる生活習慣のコツを図解。糖質の吸収を抑える食べ方のコツも紹介されています。				
カーリル URL	https://calil.jp/book/4309288456				
作成年月日	2023年11月10日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ		

難易度	☆☆☆	資料の種類	図書	ISBN	9784765319218
タイトル	やさしくわかる脂肪肝の診かた：NAFLD/NASHの拾い上げができていますか？				
著者	橋本悦子著	出版社	金芳堂	出版年月	2022.11
主な内容	<input checked="" type="checkbox"/> 病気の概要 <input checked="" type="checkbox"/> 検査 <input checked="" type="checkbox"/> 治療 <input type="checkbox"/> 食事 <input type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> 予防 <input type="checkbox"/> その他（ ）				
この資料について	医療従事者向けの書籍です。肥満が主な病因である脂肪肝 NAFLD が重症化し、肝硬変や肝癌へ進行する前に拾い上げができるよう、多彩な症例を挙げています。病態に応じた減量、薬物療法の進め方を解説しています。				
カーリル URL	https://calil.jp/book/4765319210				
作成年月日	2023年11月10日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ		

難易度	☆☆☆	資料の種類	図書	ISBN	9784830621109
タイトル	NASH・NAFLDの診療ガイド				
著者	日本肝臓学会編	出版社	文光堂	出版年月	2021.3
主な内容	<input checked="" type="checkbox"/> 病気の概要 <input checked="" type="checkbox"/> 検査 <input checked="" type="checkbox"/> 治療 <input type="checkbox"/> 食事 <input type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> 予防 <input checked="" type="checkbox"/> その他（予後）				
この資料について	医療従事者向けの書籍です。最新のガイドラインに準拠し、図表を多用して最新情報を解説しています。				
カーリル URL	https://calil.jp/book/4830621109				
作成年月日	2023年11月10日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ		

難易度	☆☆☆	資料の種類	図書	ISBN	9784524225460
タイトル	NAFLD/NASH 診療ガイドライン. 改訂第2版. 2020.				
著者	日本消化器病学会、 日本肝臓学会編	出版社	南江堂	出版年月	2020.11
主な内容	<input type="checkbox"/> 病気の概要 <input type="checkbox"/> 検査 <input type="checkbox"/> 治療 <input checked="" type="checkbox"/> 食事 <input type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 介護 <input type="checkbox"/> 予防 <input type="checkbox"/> その他（ ）				

この資料について	医療従事者向けの書籍です。最新の根拠に基づき、NAFLD/NASH の診療について標準的な指針を示しています。学会ウェブサイトでも全文公開されています。 https://www.jsge.or.jp/committees/guideline/guideline/nafld.html		
カーリル URL	https://calil.jp/book/4524225463		
作成年月日	2023 年 11 月 20 日	作成	聖路加国際大学図書館 及川はるみ