

# MOMO肝通信

地域連携  
無料肝炎健診  
イベント

## 小豆島中央病院での秋の健康フェア&セミナーに参加して

消化器内科 下村泰之

2016年10月2日に小豆島中央病院にて秋の健康フェア&セミナーが開催されました。

香川県立中央病院スタッフによる無料肝炎ウイルス検査が行われ、岡大病院からも5名のスタッフがお手伝いとして参加しました。今回は香川県立中央病院の高口先生と当院の池田医師の講演もあり、95名の方に検査を受けていただきました。9月の直島の健康福祉祭りに引き続いて2回目のコラボとなりましたがお互いに動きも慣れ、スムーズに検査を受けていただくことができました。

他の施設のスタッフと交流することで、お互いに刺激もあり、今後の活動への活力となりました。短時間でしたが、小豆島の空気を感ずることができ、有意義な一日となりました。



## 健康まつり in かさおか

治験推進部 細羽章子

11月27日(日)に笠岡市保健センターとサンライフ笠岡を会場に『健康まつりinかさおか』が開催され、無料肝炎検査を実施しました。

当日はあいにくの雨でしたが、たくさんの方がご来場下さり、無料肝炎検査を189名の方に受けて頂きました。

そのうち、98名の方に臨床研究にご参加頂き、指頭血採血も実施頂きました。皆様のご協力に感謝申し上げます。

また、今回は笠岡市役所の保健師さん、愛育委員の皆さんのご協力・ご活躍により、スムーズにご案内することができました。

皆様のご尽力に感謝申し上げます。



## 井原市民病院健康まつり

井原市民病院 看護師 柳本亜由美

毎年恒例となった井原市民病院健康まつりで池田助教、難波助教にご協力頂き、「無料肝炎検査」を実施しました。池田医師のプレゼンテーション直後にはブース前に長蛇の列ができるほどの大盛況で、129名の多くの方々が検査を受けられました。受検者の約半数の方が60歳未満であったことから、よい受検機会の提供ができたと感じております。

今後は陽性者へのフォローアップを行い、重症化予防に取り組んでいきたいと思っております。

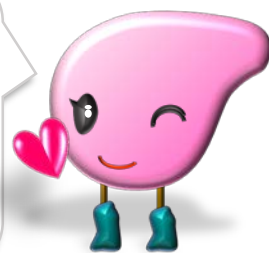
## 井原市民病院からのご報告



## 院内肝臓病教室 特集

院内肝臓病教室では、肝臓についての講義と家族支援講座を行っています。

第11回を迎えた今回の講義内容をご紹介します。興味を持たれた方はお気軽に肝炎相談センター(086-235-6851)までお問い合わせ下さい。



### AIH/PBCの病態整理と治療

消化器内科 安中哲也

細菌やウイルスから体を守る仕組みが「免疫」です。その免疫が勘違いして自分自身を攻撃してしまう病気を「自己免疫疾患」といいます。肝臓の自己免疫疾患には自己免疫性肝炎(AIH)、原発性胆汁性胆管炎(旧名:原発性胆汁性肝硬変)(PBC)、原発性硬化性胆管炎の3つがあります。診断には肝臓の一部を針で採取して検査する「肝生検」を含めた、さまざまな検査が必要になります。治療するとずいぶん良くなることが多いのですが、残念ながら完治は難しい病気です。上手に付き合っていくことが重要ですので、細く長く通院治療を継続しましょう。

### ステロイドの副作用と日常生活の気をつける点

薬剤部 晴田佑介

自己免疫性肝炎の治療におけるキードラッグとして使用されるステロイド剤ですが、薬の特性を知って正しく服用することが重要です。勝手に中断しないようにしましょう。副作用については、予防と早期発見に努めます。感染症を予防するため、うがいや手洗いの励行、マスクの着用を心がけましょう。

胃障害は胃薬を併用して予防します。ステロイド剤を服用することで起こりうる副作用に骨粗鬆症がありますが、予防目的で服用するビスフォスフォネート製剤にも、飲み方に特徴があります。朝起きてすぐに服用し、服用後30分間食事を摂らないことで、薬の取り込みを良くします。また、服用の際は多めの水を使うことと、服用後30分間は体を横にしないことで、薬が喉に引っかかって粘膜を荒らすことも予防できます。

### 生もの摂取・肥満対策の食事

臨床栄養部 長谷川祐子

自己免疫性肝疾患の場合、ステロイドや免疫抑制剤などの薬剤を使用することが多く、肥満予防や生もの摂取を控える食事が必要です。肥満を予防するためには

- ① 腹八分にする。
  - ② 夜食を控え規則正しく食事をする。
  - ③ 食品の種類を多く、バランスよく食べる。
  - ④ 野菜・海藻・きのこ類を積極的に摂る。
- などに心がけましょう。

免疫力が低下している時は食中毒対策のために刺身、生卵などの生ものは控え、手洗いの励行や調理器具の衛生に気をつけることが大切です。



## 家族支援講座 特集

### 難病申請について



肝炎相談センター 笠原郁子

難病の医療費助成は、患者さまの病状が一定の基準を満たす方やひと月の医療費負担額が一定額以上の場合に対して医療費負担の軽減を目的に行われています。

助成を受けるためには、患者さまからの交付申請が必要です。主治医(難病指定医)に「臨床調査個人票(診断書)」を作成してもらい、住民票等の添付書類と一緒にお住まいの保健所に提出します。『特定医療費受給者証』の交付は交付申請からおおよそ2~3月かかります。

『特定医療費受給者証』がお手元に届きましたら、受診している医療機関や保険薬局などで登録してもらいましょう。詳しくは各保健所にお問い合わせ下さい。

## 平成28年度肝疾患に関する医師以外の医療従事者研修会

消化器内科 池田房雄

これは日本肝臓学会全国公募の事業で、岡山県の肝炎拠点病院の立場で開催しました。「肝炎の受検・受診・受療の推進における多職種連携の重要性」をテーマに、私が概要を説明した後、消化器内科下村医師が岡山大学病院肝疾患サポートチームで職域へ出張して行っている肝臓病教室やJ2ファジーノ岡山の試合で行った肝炎検診イベントなど実務担当者として解説してくれました。また、笠岡市役所の西江保健師は笠岡市の肝炎検診実施状況、愛育委員さん大活躍だった「かさおか健康まつり」での肝炎検診など報告下さいました。岡山済生会総合病院の田窪薬剤師は肝炎診療での薬剤師の役割について服薬指導や併用薬確認に加え「肝臓病料理教室開催」など具体的な事例をあげ発表して下さい、既に100回近く開催されている倉敷中央病院肝臓病教室について担当の真砂看護師が多職種の協力体制が不可欠だったと力説されていました。医療機関や保健所など様々な機関、遠くは徳島大学から50の方が参加、熱心に討議して下さいました。その後行われたワークショップでは実際の病院や企業のまつりで肝炎検診を開催するためのスキームを皆で考えました。



## 患者サロン

### 「肝臓病料理教室 “ヘルシーでおいしいクリスマス料理” を開催して」

岡山済生会総合病院 栄養科 大原秋子

平成28年12月17日(土)10時より岡山済生会看護専門学校調理実習室にて開催しました。

今回は、岡山大学病院と済生会病院の初コラボで、脂肪肝の患者を対象に患者14名、スタッフ21名が参加し、医師をはじめ全員がエプロン姿で楽しくワイワイと料理しました。メニューは、鶏肉のディアブル風と鮭の豆乳みそグラタンにたっぷりの生野菜を添えたワンプレート、今注目のもち麦入りコンソメスープ、外皮で作られたブランパン。豊富な食物繊維で噛みごたえのある料理を作りました。食後には下村医師のお手製ショコラケーキとコーヒーを楽しみました。参加者からは「楽しかった」「また、参加したい」ととても好評で、来年の約束をして終了しました。



## 平成28年度肝炎対策地域ブロック戦略会議-中国・四国地区ブロック会議報告

肝炎相談センター長 高木章乃夫

2016年10月31日にブロック会議に出席しました。厚生労働省肝炎対策推進室・肝炎情報センターの会議で、C型肝炎撲滅に向けて今までの病院診療という受け身の肝炎対策を、医療者側からの能動的な活動による拾い上げへと変換すべく、拠点病院での意識統一を促す会合でした。岡山大学の活動を池田助教が紹介、難波助教が記念誌を配布し、大きなインパクトを与えられたと思います。更なる推進に太鼓判を押していただきました。

肝疾患診療連携拠点病院等連絡協議会は、岡山県肝疾患診療連携拠点病院を中心に、肝炎二次専門医療機関の代表者等約20名の委員により構成され、県内の肝疾患診療方針などについての情報交換、情報提供を行うことを目的に、年3回開催されています。平成28年11月9日(水)、ピュアリティまきびにて開催されました。

肝疾患拠点病院事業についての報告、肝炎医療費助成事業の実施状況について、地域肝炎対策サポーター研修会の報告がされました。岡山県肝炎対策計画の見直しについて、岡山県から提示された見直し案をもとに、各医療機関や、保健所から参加している協議会メンバーにより熱心な議論が交わされました。平成29年1月下旬に計画案修正の予定です。岡山県肝炎対策協議会で平成22年に作成された、「もも肝手帳」・「もも肝S」の見直しができることになりました。岡山県肝炎専門医療機関GOOGLE MAPの紹介がありました。肝炎相談センターのHPから121の岡山県肝炎専門医療機関の情報が表示されます。

### 平成28年度 第1回地域肝炎対策サポーター研修会

肝炎相談センター 犬山奈穂美

平成28年11月1日(火)ピュアリティまきびにて開催、58名が参加されました。講師は岡山赤十字病院の小橋先生が、「ぜひ知っておきたい-B型肝炎・C型肝炎の最新治療」について、当院の難波助教が、「肝炎啓発活動の具体的な方法」について、講演されました。今回の参加者のうち半数以上が初めて参加された方だったので、今後、肝炎啓発活動(イベント等)を行う際に、難波助教の講演が大いに役に立てば良いな、と思いました。

### JDDW2016

新医療研究開発センター 難波志穂子

11月にJDDW2016が神戸で行われました。私は、イオンモール岡山で昨年8月と11月に無料肝炎健診を行いその場で受検した人(受検者)と受検しなかった人(非受検者)の特徴を分析しました。受検した人の多くは、「無料であること」「以前より肝臓病に関心があったから」「キャンペーンで知識を得たから」を受検理由とされていました。一方、非受検者は、「陰性と分かっているから」「体調に心配はないから」「時間がない」を理由にしており、今後の活動には、初期の肝炎には症状がほとんどないことのメッセージを伝えることと、検査時間の短縮の工夫が必要だと考えられました。

学術集会で発表しました♪

### 第18回岡山県肝炎医療従事者研修会

外来 森光友佳

今回は当院の高木准教授が「忍び寄る脂肪性肝疾患のインパクト」、長谷川臨床栄養部副部長から「肝疾患の栄養療法」と題しご講演されました。NAFLD・NASHは遺伝的素因もありますが、環境要因が大きく関与していること、病院へ受診し定期的なスクリーニングが重要だと痛感しました。その中でも生活習慣の改善は重要であり栄養指導は必須です。バランス良く食べ、肥満を防ぐことで重症化を防ぐことができます。栄養療法は継続が大切なので長く続けるためには無理はせず出来ることから取り組めるよう、外来でも患者支援を行っていききたいと思います。

### 第49回中四国支部医学検査学会

臨床検査部 大久保進之介

11月26、27日に高知市にて行われた学会に参加し、臨床検査技師の肝疾患サポートチームへの関わり方、また無料肝炎ウイルス検査キャンペーンの概要などについて発表してきました。そして広島県からも肝疾患サポートチームについての発表があり、とても刺激になりました。たくさんの県と協力して多くの方に検査を受けていただきたいと思います。

### 活動報告

#### ◆患者サロン◆

(岡山済生会総合病院と初コラボ)  
12/17(土) 肝臓病料理教室  
テーマ『ヘルシーでおいしいクリスマス料理』  
(岡山済生会看護専門学校調理室)

#### ◆出張肝臓病教室◆

11/ 7(月) 新見労働基準監督署(新見市)  
採血:新見中央病院ス  
11/15(火) 岡山大学津島キャンパス  
11/28(月) 新見労働基準監督署(高梁市)  
採血:高梁中央病院  
11/29(火) 井原警察署  
採血:井原市民病院  
12/ 6(火) 倉敷支援学校(採血なし)  
12/15(木) オムロン株式会社(採血なし)

今年度 出張肝臓病教室同時肝炎検診受検者は 約400名 になりました。

採血にご協力いただいた一次医療機関の皆さまありがとうございました

### イベント採血結果

#### ◆無料肝炎検査 会場検査◆

9/11(日)直島 健康福祉祭り  
9/25(日) ファジアーノ岡山  
10/2(日)小豆島中央病院 秋の健康フェア & セミナー  
11/20(日) 井原市民病院 健康まつり  
11/27(日) 健康まつり in かさおか  
今年度 イベント検診受検者数 約800名

### 研修会

12/18(日) 肝疾患に関する医師以外の医療従事者研修会  
(岡山大学病院)

#### ◇今後の予定◇

H29年  
2月5日(日)14:00~16:30  
地域肝炎対策サポーター研修会  
(西川原プラザ:岡山市)  
3月5日(日)13:00~15:00  
第19回 岡山県肝炎医療従事者研修会  
(ピュアリティまきび)

### 編集後記

本格的に冬が始まりました。今年は昨年よりも寒くなるようです。寒さ対策をしっかりとしましょう。

臨床検査部  
大久保

