

院内報

健康のひろば

No 228

15年

3月



スキーに 行ってきました

親和会のスキー&スノーボードツアーが、2月14日から16日まで行われ、長野県の野沢温泉スキー場へ行ってきました。晴天の中、スキー・スノーボード・雪遊びと雪国を思いっきり楽しみました。

愛365H
掛川市立総合病院



慢性肝炎の診断及び治療

肝炎ウイルスのスクリーニングと

はじめに

わが国では肝がんによる死亡者数がいまだに年々増加しており、ここ25年間で約3倍にもなっています。平成13年には実に3万4千人以上の人が肝がんによって死亡しており、これは肺がん、胃がんに次ぎ大腸がんとはほぼ同数で部位別のがん死亡者数の第4位にあたります。肝がんの患者さんの90%以上はC型肝炎ウイルス(HCV)、B型

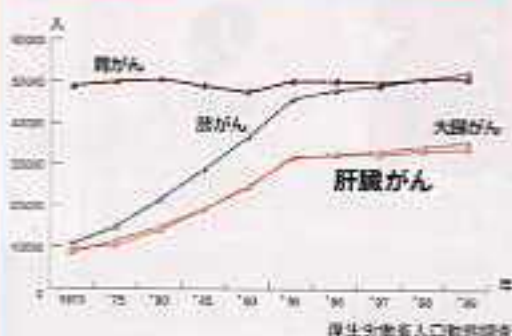
肝炎ウイルス(HBV)の持続感染が認められており、そのなかでも多くの場合で慢性肝炎から肝硬変へと病態が進行し、肝がんが生じてくるという病気の流れがみられます。従って、肝炎ウイルスの感染をなるべく早期に診断し、まだ慢性肝炎のうちには治療を行うこと、もし肝がんができてからも早期に見つけて治療することが肝がんによる死亡を減らす上で非常に重要です。

肝炎ウイルスのスクリーニング検査

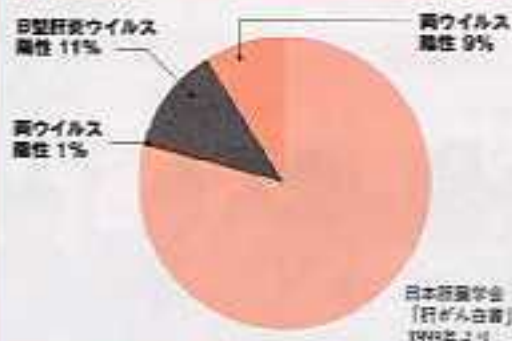
現在わが国には肝炎ウイルスの持続感染者(キャリア)がHBVで100万150万人、HCVで200万人いると推定されています。しかし、肝炎ウイルスキャリアでは無症候性キャリアばかりでなく、慢性肝炎から肝硬変と病気が進行していった場合でもほとんど自覚症状がないことが多いです。また自分が感染していることに気が付いていない人が数多くいると考えられています。そこで、このような感染者を拾い上げるために一般の市民を対象とした肝炎ウイルスのスクリーニング検査が必要となります。

従来から肝炎ウイルスのスクリーニング検査は胃カメラなどの検査前や入院時の検査の他、検診などで肝機能障害が認められた場合などで行われてきました。最近では最初から人間ドックの検査項目の中に取り入れられることも多くなりました。また、献血の時に必ず行われていて、希望があれば検査の結果を直接通知するサー

がんの部位別死亡者数の推移



肝がん症例で検出された肝炎ウイルスの割合



今回は、「肝がん」に関する総合診療科の高柳先生にお話を伺いました。

ビスが日本赤十字社により行われています。

これらに加えて昨年4月から厚生労働省のC型肝炎等緊急総合対策の一環として肝炎ウイルス検診事業がスタートしました。これは老人保健法による住民検診や、政府管掌健康保険の生活習慣病予防検診などにHCV・HBVのスクリーニング検査を導入するものです。節目検診(40、45、50、55、60、65、70歳の5歳ごと刻みの各年齢に達した人に1回のみ)で行われ、節目にあたらぬ人でも過去に肝機能異常を指摘された人や基本健康診査でALT(GPT)値の異常により要指導とされた人などが対象となります。実施5年間で10数万人の新たな感染者が発見されると試算されています。

残念ながら老人保健法による住民検診が4割程度の受診率でしかなく、また、サラリーマンなどの職域検診者は現在のところ対象となっていないなど、一般の人全部がスクリーニングできるわけではないことが今後の課題となっています。

C型慢性肝炎の

診断と治療

C型肝炎では肝炎を発症した場合約70%の人が慢性化し、自然経過ではほとんどウイルスが消失することはありません。スクリーニング検査でC型肝炎が疑われたときには、まずHCV持続感染の有無を判定します。HCV持続感染の場合でも肝機能が正常であれば、すぐに治療する必要はありませんが、十分な経過観察が必要です。肝機能障害を発生し、持続した場合、肝の線維化が徐々に進行し、肝硬変へ進展します。C型肝炎で

一番問題なのは線維化が進行するとともにだんだん肝がんになりやすくなることです。慢性肝炎は肝の線維化の程度によりF0(線維化なし)、F1(軽)、F2(中)、F3(重)、F4(肝硬変)と分類されていますが、C型慢性肝炎では約10年で1段階進んでいきます。そして、F0・F1ではほとんど肝がんにはなりません。F4では年に5〜7%の人が肝がんになります。しかし、インターフェロン療法によりHCVを消失させると逆に

4年で1段階線維化が改善し、それとともに発がん率も低下していきます。インターフェロン療法の治療効果にはHCVのサブタイプ(種類)と血中ウイルス量により大きな違いがあるため、治療にあたり判定が必要です。新たなインターフェロン製剤や抗ウイルス剤リビリンの併用などで従来に比べ完全有効(HCV消失が持続)の率はかなり向上したものの、最も難治性のHCV1型高ウイルス量の人では

まだ5人に1人のみです。ただし、ウイルスが完全に消失しなくても肝機能が一定期間正常化した人では肝がんの発がんを数年程度は遅らせる効果があると考えられています。このため、難治例では他の治療も含め肝機能を正常化することによる発がん抑制を目指した治療が続けられています。

肝がんへの道



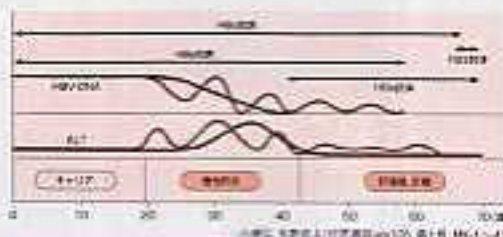
B型慢性肝炎の

診断と治療

B型肝炎の場合、わが国においては成人での感染では一過性感染のみでまれにしか慢性化しないため、現在のHBVキャリアはほとんどが母児間感染によつて出生時に感染を受けていると考えられます。自然経過としては、はじめはウイルス量が多いが全く肝機能に異常を認めない無症候性キャリアの状態ですが、10〜20歳代で慢性肝炎となり、その後大半は肝機能が落ち働きウイルス量も減少します。しかし、HBVが完全に消失して完治する人はごく少数です。約10〜15%の人で慢性肝炎が持続し、肝硬変へ進展していきますが、特に強い炎症が持続

する人では急速に病態が進展していきます。そして、B型肝炎変症では10年間で50%の人が肝がんになるとされています。気をつけなければいけないのは、B型肝炎においては病態が進展すると肝機能が見かけ上改善し、ウイルス量も減少することが多いことです。そのため、1回の肝機能検査の結果のみではその人の病態がどの程度なのか判断することはできません。また、B型肝炎では比較的病態が軽く、肝機能もずっと正常であった人でも肝がんができることがまれではありません。スクリーニング検査で陽性と判定された場合、なるべく早く精密検査が必要になります。

査により現時点での病態を診断すること大切です。慢性肝炎であった場合、病態と肝機能の値により治療が行われます。B型肝炎では自然経過のみで肝機能が落ち着くことも多いので、30歳代前半くらいまでは肝臓検査のみで経過を見ますが、炎症が強いと思われる場合にはインターフェロンやラミブジンなどの抗ウイルス療法が必要になります。



B型慢性肝炎の自然経過

FAQ

ますます増え続ける肝がんを抑制するためには我が国では国を挙げて慢性肝炎に対する取り組みがなされてきています。インターフェロン療法についてもB型肝炎・C型肝炎とも従来の6ヶ月の治療期間の撤廃が行われました。また、肝がんの早期発見に造影MRIなども威力を発揮してきています。また保険適応はありませんが、ラジオ波焼灼療法(RFA)は肝がんの局所療法として従来のエタノール局注療法(PEIT)を確実に凌駕しています。肝がんができてまだまだ終わりはありません。しかし、それでもがんは早期発見・早期治療がなによりです。肝炎ウイルスのチェックは簡単にできます。どなたも何かの機会にチェックしてください。陽性であれば、陰性であれば必ずあなたのためにありますから。

2月12日(13日)、当院の看護方式である「固定チームナーシング」の部所別研修会が行われました。

固定チームナーシングとは、患者さんに責任を持って継続した看護を提供することを目標に一定期間(1年間)固定したリーダーとメンバーがチームを構成し、チームの年間目標を持って小集団活動を行う看護方式です。

看護組織開発研究所の杉野元子



よりよい看護を目指して

固定チームナーシング 部所別研修会

先生をアドバイザーに迎え、2年目の今年は次年度リーダーも含め各部署719人が、年間目標に掲げた活動内容の成果について40分ずつの持ち時間で参加しました。

参加した看護部長・主任・リーダーナースは、講師と活発な意見交換をし、直接・具体的な指導を受けました。

今後、3月16日には新年度に向け「各部署目標宣言大会」で、11部署が部署目標を発表します。



腎センター

災害に備え 避難訓練

1月22日(水)夜間、腎センターで火災や地震などの災害が発生した想定で第一回目の避難訓練を行いました。患者さん9名が参加されました。



訓練は停電が起きた場合を想定し、緊急離脱セットの使用方法、避難経路の確認など、患者さん一人ひとりが行いました。

事前に設けられた3回の説明時には、看護師と臨床工学技士の指導のもと、患者さんたちは自ら血液ポンプを回す時の動作や手帳、離脱セットを用いて安全な場所への移動方法、災害時における注意点などを学びました。

今後は、今回の経験を生かし透析患者さん全員に避難訓練を実施していく予定です。

小笠CDE会 糖尿病スタッフ研修会開催

平成14年7月に発足した小笠CDE(糖尿病療養指導士)会による糖尿病のスタッフ研修会が、2月15日(土)当院講義室で開催され、病院・病院内に勤務するコメディカルスタッフ13人が参加しました。



この研修会には、糖尿病患者指導のレベルアップ、院内外の病診連携のために小笠CDE会が開催し、今回の講師は看護師が受け持ち「生活指導」「合併症対策と心理的アプローチ」について学びました。

3月29日(土) 午後2時から4時
 掛川市立総合病院1階 サロン講義室
 掛川市内及び小笠郡内のコメディカルスタッフ
 無料 講師 医師(糖尿病とは)
 小笠CDE会 幹事代表 横村通江
 (掛川市立総合病院 3階西病棟
 看護師長 722-6211(内線531))

車いすをいただきました



2月18日(火)、掛川市仏教婦人会(長尾陽子会長)が、会員約200名の「たすけ合い」募金で購入した車いす1台を寄贈してくれました。平成8年から毎年1台ずつ寄贈していただき今年が7回目となります。



糖尿病の料理教室

2月2日(日)、徳育保健センター1食育の部屋で糖尿病クッキングスクールを開催しました。患者



さんとその家族ら20人が参加され、栄養士から糖尿病食について説明を受けた後、調理に取りかかりました。メニューは、GI値を考えたインスリンを節約できる食事として、主食に五穀を混ぜたごはん、主菜に野菜の肉巻き煮、副菜にかみかみサラダ中華風味スープ、デザートにフルーツヨーグルトを作りました。参加者は、エネルギー制限された食事でも満足感を感じて食べられることを学びました。食事の後は、体育指導委員を招いて健康のための楽しい運動法などを学び、気持ちの良い汗を流しました。

両親学級—新しい家族を迎えるために

新しい家族を迎えるために、そして夫婦で一緒に新しい生命を育てるために、2月22日(土)当院外



来棟検診室にて両親学級が開かれました。胎動を感じる頃の妊娠20週以後の方とご家族42人が参加さ

れ、助産師から赤ちゃんの成長やお母さんの身体の変化についての講話を受けた後、お母さんへのマッサージと赤ちゃんへのマッサージを体験し、方法・効果などについて学びました。

■お願いします

採用委員

◎非常勤医師 (2/3付)

鈴木佳英 外科

病院の概況

1月

	区	分	人	数	前月対比
患者数	外	来	延べ	25,488名	+1,573名
			1日平均	1,341名	+82名
入院	入	院	延べ	12,112名	+82名
			1日平均	391名	+3名
男の子	の	子	計	14名	+3名
			女の子	17名	+4名
			計	31名	+7名
入院2日コース	日	滞	計	29名	+17名
			日帰りコース	496名	-68名
			計	525名	-51名

3月の「胃腸病教室」

と き 3月10日(月)～14日(金) 午後3時から
と ころ 掛川市立総合病院1階研究室
◎ ◎ 内科外来看護部まで

あとがき

健康法として私がちよつとやっていること。それは、「寝る前の7秒筋トレ」。全2分間で、布団に入る少し前にやるのが一つのコツらしい。

長続きするために、苦痛とらえない量にしている。あるTV番組で見たのがきっかけで始めて3年が経った。ほろ酔い状態ですることが大半。翌朝気持ちよく起きるためにも続けて行きたい。

各科外来担当医師一覧表 (3月予定)

★受付時間 新患の方……午前8時15分～11時00分 再診の方……午前7時30分～11時00分
★診療時間 ……午前8時30分～ ※緊急手術や、学会等への出席のため、担当医師の変更や休診する場合があります。

診療科	月	火	水	木	金	お知らせ		
内 科	1						●○○/○○は午前/午後 ●血液内科の診察は午後 ●若井室は「睡眠時無呼吸いびき」の特殊外来のみ(午前)	
	2	鮫尾	島崎	八 島	磯 部	渡 邊		高 藤
	3	尾崎	崎 隆	磯 谷	磯 谷	尾 崎		八 島
	5	渡邊	渡邊	茶 山	茶 山	山 本		山 本
	6	五 磯	島 部	山 本	五 磯	山 本		山 本
	7	五 磯	島 部	山 本	五 磯	山 本		山 本
	12	若 井	若 井	小林	若 井	若 井		若 井
	8	森 茂	井 川	高 宇	鮫 荒	高 森		鮫 宇
	10	森 茂	井 川	高 宇	鮫 荒	高 森		鮫 宇
	11	水 野	水 野	水 野	水 野	水 野		水 野
	1	吉 田	山 田	吉 田	天 橋	山 田		山 田
	2	吉 田	山 田	吉 田	天 橋	山 田		山 田
外 科	1	宮 井	伊 藤	神 谷	小 林	羽 藤	●()内専門外来(午前中)を併設しています	
	2	小 林	中 山	羽 藤	伊 藤	神 谷		
	3	小 林	中 山	羽 藤	伊 藤	神 谷		
整形外科	1	中 村	中 村	中 村	中 村	中 村	●形成外科は第2・4全曜日午後1時30分～(要予約)	
	2	中 村	中 村	中 村	中 村	中 村		
	3	中 村	中 村	中 村	中 村	中 村		
産婦人科	1	戸 田	水 野	水 野	戸 田	白 戸	●火・木曜日は妊婦検診の午後診察(予約制)	
	2	戸 田	水 野	水 野	戸 田	白 戸		
小 児 科	1		青 嶋			青 嶋	●腎外来は第4木曜日 ●午後は予約患者のみ	
	2	久 保	久 保	久 保	久 保	久 保		
	3	久 保	久 保	久 保	久 保	久 保		
眼 科	1	久 保	久 保	久 保	久 保	久 保		
	2	久 保	久 保	久 保	久 保	久 保		
脳神経外科	1	大 藏	小 出	小 出	大 藏	大 藏	●月・木曜日の午後は小～高校生のみ診察(予約制)	
	2	大 藏	小 出	小 出	大 藏	大 藏		
泌尿器科	1	蟹 石	石 田	石 田	蟹 石	石 田	●泌尿器科外来は月曜日午後2時～4時(要予約)	
	2	蟹 石	石 田	石 田	蟹 石	石 田		
皮膚科	1	鈴 木	稲 葉	稲 葉	鈴 木	稲 葉		
	2	鈴 木	稲 葉	稲 葉	鈴 木	稲 葉		
歯 科	1	林 田	林 田	林 田	林 田	林 田		
	2	林 田	林 田	林 田	林 田	林 田		
移植外科	1	沼 野	沼 野	折 原	折 原	折 原		
	2	沼 野	沼 野	折 原	折 原	折 原		
麻 酔 科	1	小 幡	猪 俣	小 幡	猪 俣	小 幡		
	2	小 幡	猪 俣	小 幡	猪 俣	小 幡		

●入院患者さんへの面会時間 午後2時～午後7時