

第15回肝臓病教室

このたび、第15回肝臓病教室が平成27年3月27日に開催されました。今回も9名の受講者にお越しいただきました。今回の肝臓病教室のテーマは、「B型肝炎」です。

まず、森医師より「B型肝炎治療の最前線」について講演がなされました。

日本のがんによる死亡者数の第4位は、肝がん(3.2万人)です。日本のB型肝炎キャリアは約130~150万人(全人口の約1%)で、そのうち約10%が慢性肝炎といわれています。B型肝炎ウイルスの感染経路は、母子感染、輸血・血液製剤、血液等があります。また、B型肝炎キャリアから肝硬変を経ず肝癌に移行することや、ALT正常、HBe抗体陽性、血小板数正常の無症候性のキャリアからも肝癌が発生します。



B型肝炎ウイルス量が多いと発癌リスクが段階的に高くなるため、B型肝炎ウイルス量を持続的に低用量に保つことが先ずは大切です。最終的にはHBs抗原陰性化を目指します。最後に、B型肝炎に対する治療薬として、核酸アナログ製剤(エンテカビル、テノホビル等)が挙げられ、それぞれの効用と服用時の注意点を説明されました。

続いて、森山臨床検査技師より「のぞいてみようエコー室」について講演がなされました。

エコー検査では、ゼリーをお腹に塗り機械を当てます。検査時間は約20分ほどです。エコー検査の利点はお母さんのお腹にいる、赤ちゃんを見ると同じように音を用いた検査ですので、レントゲンのような被ばくの心配はなく、繰り返し検査することが可能です。痛みもありません。超音波の機械は、移動が可能で、患者様の病室や手術室まで移動して検査できます。さらに、健診から診断、治療へと幅広い有用性があります。当院では、エコー検査を医師と臨床検査技師で行っており、腹部エコーは8名の検査技師が検査しています。8名のうち7名が、さらなる腹部エコーのスキルアップのための認定資格をもって検査にあたっています。



続いて、山下看護師より「B型肝炎の感染と予防策」について講演がなされました。

まず、B型肝炎の感染源から病気の発見の過程について説明されました。それでは、どのようにしてB型肝炎を防いだらよいか。一つには、家族間等で歯ブラシやカミソリを共有しないこと、そして他人の血液を素手で触らないことが挙げられます。また、性的接触時にコンドーム使用することも大切なことです。B型肝炎はどのような経過をたどるのか判断が難しいとされています。症状が落ち着いていても、自分自身で判断することなく、医師の適切な指示を受け、定期的な検査を受けることが大切になります。

最後に、野坂管理栄養士から「B型慢性肝炎の食事療法 栄養バランスと食べ過ぎない適量の食事！」の講演がなされました。

肝臓病の食事療法の基本は、「エネルギーが適正で、食べ過ぎない栄養バランスのとれた食事」をとることです。慢性肝炎の方は、特別な食事を摂る必要はなく、健康食で十分なのです。生活面では、栄養的にバランスのよい食事を心掛けましょう。飲酒は、肝障害を悪化させる可能性があり、注意が必要になります。しかし、非代償期の肝硬変や合併症がある方は、病態に応じた食事が必要です。例えば、肝性脳症の場合は、血液中のアムモニアが高くなるため、たんぱく質の制限が必要になります。食道静脈瘤の場合は、刺激の強いものや硬い食物を避けるようにしましょう。わからないことがあれば主治医の先生の指示にしたがい、適切な食事をとるよう心掛ける必要があります。



消化器内科では、定期的にさまざまなテーマで肝臓病教室を開催していく予定です。

今後の予定につきましては、院内掲示や当院のホームページでご確認下さい。