

# なめたら・あ肝臓!! ニュース No.8

平成25年3月15日に平成24年度第4回肝臓病教室を開催しました。  
 今回は医師・看護師・栄養士・薬剤師が日頃の患者の疑問をスッキリ解決  
 するQ&A形式の講義を目玉に、医師からの講義・音楽療法・運動療法を  
 行い、多くの方にご参加いただきました。

スタッフ一同  
 毎回たのしく♪  
 開催しています!!



## Q.この栄養素は肝臓に良いの?

- ・肝臓にいいといわれていても肝臓病の人には要注意!
- ・良いといわれている成分以外に不要な成分が過剰摂取になることもある。
- ・逆に食べてはいけないものはない。(例外はある)
- ・サプリメントなど、通常の食事より多量の成分をとることもよいかわからない。

いろいろな食品を  
 適切な栄養量の範囲で  
 摂りましょう!

食欲がない時の対応や  
 肝臓に良いとされる食事  
 の是非についてなど

## Q.むくみや腹水のケアは?

### 『むくみ』のケア

- ①マッサージ  
 (先端から心臓に向けて)
- ②弾性ストッキング。
- ③ゴムの緩い靴下を履く。
- ④足を挙げて横になる。

### 『腹水』のケア

- ①塩分や水分を控える。
- ②毎日体重を測る。
- ③皮膚を傷つけない。
- ④処方された利尿剤の内服。
- ⑤便通を整える。



腹水や浮腫について  
 痒みについて  
 肝炎患者さんの感染予防  
 行動についてなど

## Q.肝炎の方の感染予防での日常生活上の注意点は?

- 日用品の扱い**  
 カミソリ・歯ブラシ・タオルなどは  
 自分専用のものを。
- トイレの後**  
 よく手洗い。
- 出血した時**  
 傷の手当は出来るだけ自分で行う。  
 血液の付着物はビニール袋などに密封して廃棄
- 乳幼児と接する場合**  
 口移して食べ物や飲み物を渡さない。



## Q.強力ネオミノファーゲンシーって何?

1週間に  
 ×60mL×1回  
 ○20mL×3回



- 1948年にアレルギー治療薬として発売
- 肝機能改善の効果
- 1979年より適応追加
- 効果の持続時間: 36時間
- 同じ量なら1回量を多くするより  
 回数を増やす



後に立つ情報満載でスッキリ解決しました!!

松浦先生からは  
 ①肝臓の働きについて  
 ②肝硬変になるとどうなるか  
 ③肝硬変の検査  
 についてお話がありました。

### 肝硬変にならないために

- ・C型肝炎→インターフェロン、抗ウイルス剤(リバビリン、テラプレビルなど)
  - ・B型肝炎→インターフェロン、抗ウイルス剤(エンテカビル、ラミブジンなど)
  - ・アルコール性肝炎→禁酒
  - ・NASH(アルコール以外の脂肪肝)→減量、生活習慣の改善
- その他、肝臓療法(強力ミノファーゲン、ウルソなど)も有効。

松浦智香医師

平成25年3月28日

## 平成25年度予定

- 6月21日  
 『肝臓病と食事について①』
- 9月20日  
 『肝臓病と食事について②』
- 12月13日  
 『脂肪肝』
- 3月14日  
 『C型肝炎』



10東病棟スタッフ編集