

# なめたら・あ肝臓!!ニュース

No. 13

平成26年6月20日(金)肝臓病教室がありました。

今回のテーマは肝硬変でした。

教室での内容を一部ご紹介します★

元山先生  
より

看護師  
より

## 肝硬変の合併症に対する治療 や栄養療法について

腹水、むくみが出てきたら塩分や水分制限、各種利尿剤を用いる薬物療法があります。新たな利尿剤として「サムスカ」が発売されました。適応基準は主治医の先生に相談して下さい。

栄養療法では1日の必要エネルギーを30～35Kcal/kgを目安とし、バランスの良い食事を心がけて下さい。1日の摂取カロリーを変えずに、そのうち約200kcalを就寝前に夜食として取ってもらうこともお勧めです。

肝硬変の患者さんは肝機能が低下してアルブミンを作る原料のひとつであるBCAA(分岐鎖アミノ酸)製材を補給する必要があります。

## むくみのチェック方法と ケアについて

指で手足を押した時、指の型がついてくぼみ、戻るのに時間がかかる場合は、むくみがあると判断します。

むくみのケアにはマッサージが有効です♪手や足の先から体の中心に向かって、ゆっくり優しく押し上げます。むくみで緊満した皮膚は弱いため、マッサージをする際は保湿クリームなどを使用しましょう。

腹水・むくみのある方は  
減塩しましょう♪

管理栄養士  
播磨先生より

リーバクト・アミノレバンの  
試飲をしました★

食品や調味料に含まれている「目に見えない塩分」を「食塩」に換算して実際に目で見てもらいました。日頃私たちがいかに多くの塩分を摂取しているか実感していただけたでしょうか？また、減塩のすすめとして味が濃く感じる工夫についてお話がありました★

今回もたくさんご参加頂きありがとうございました。

次回も引き続きよろしくお願ひ致します★

次回肝臓病教室は**9月19日(金)**

「**NASH**」がテーマです。