十三健康かわら版

平成２７年９月／ 第３１号

❑ 診療科紹介 ＜消化器内科＞

C 型慢性肝炎に対するインターフェロンフリー治療

消化器内科副部長　山口誓子

1. ジェノタイプ 1 型の肝炎及び代償性肝硬変患者に対する治療

2014 年 9 月より、**経口薬「ダクラタスビル」と「アスナプレビル」**が、保険適用となり、インターフェロンを使わずに、24 週間の内服薬のみで治療できるようになりました。

さらに、2015 年 3 月 20 日より**すべてのジェノタイプ1型患者が**適用になりました。臨床治験では**約 85%**の著効率が得られています。ただ、特定の遺伝子変異のあるウイルスでは著効率が **30～40%**程度に留まるといわれておりますので、当院では事前に**ウイルスの遺伝子検査を行い**、その結果に基づいて治療を行っています。今後は、7 月 3 日に認可された**ハーボニー（ソホスブビル＋レジパスビル合剤）**が発売される予定です。12 週間の内服で高い治療効果が期待できると言われており、当科でも治療の導入を予定しています。

2. ジェノタイプ 2 型の肝炎及び代償性肝硬変患者に対する治療

経口薬**ソバルディ（ソホスブビル）とリバビリンの 12 週間併用療法**が 2015 年 5 月に承認されました。臨床治験では **98%**の著効率が得られています。当科でも 8 月より治療を導入しています。

3. 肝炎医療費助成制度について

現行の**インターフェロンフリー治療**はいずれも肝炎医療費助成制度の対象となっています。本制度は、患者さんの世帯の市町村民税課税年額に応じて、その自己負担額を月額 1 万円、2 万円を上限に設定し、患者さんの経済的負担を軽減するものです。助成の申請には、**日本肝臓学会肝臓専門医**による診断書の作成が必要です。

当科には肝臓専門医が 3 名おりますので、お気軽にご相談下さい 。

いきいき健康セミナー開催

「食から長寿を考える」

平成 27 年 6 月 24 日に「食から長寿を考える」というテーマでいきいき健康セミナーが開催され、日本人の長寿を支える**「健康な食事」**とは何かを改めて考えてみました。

- 「健康な食事」とは、健康な心身の維持・増進に必要とされる**栄養バランスを基本**とする食生活が**無理なく持続**している状態。
- 「健康な食事」の実現のためには、**日本の食文化の良さを引き継ぐ**とともに**おいしさや楽しみをともなっている**ことが大切。
- 「健康な食事」が広く社会に定着するためには、**信頼できる情報**のもとで、**適切な食物にアクセスすることが可能**な条件が整っていなければならない。
- 社会全体での「健康な食事」は、地域の特性を生かした食料の安定供給の確保や食生活に関する教育・体験活動などの取り組みと、国民一人一人の日々の実践とが相乗的に作用することで実現し、食をめぐる地域力の維持・向上とともに、国民の健康と QOL の維持向上に着実に貢献する。

ライフステージごとの「健康な食事」のあり方例

	子ども	成人	高齢者
背景	・肥満などの健康課題が見られる ・食事作りや供食などの生活体験が乏しい ・子供の貧困など、社会経済的課題も生じている	・男性の肥満者の割合は 3 割 20 歳代女性のやせの者の割合は約 2 割いる ・特に男性は、食事を他者や外食に依存している ・20 歳代では単独世帯が 6 割を超える	・低栄養傾向の高齢者が 2 割いる ・加齢に伴い、買い物や料理が不便になる ・単独世帯の高齢者が増加している
健康な食事のあり方：食べる	・バランスのとれた食事をとる体験を積み重ねることで**健康な心身豊かな嗜好を育み、食べる力を養う**	・健康な心身の維持・増進に必要な栄養バランスを基本とする食生活を続けることで、**生活習慣病の発症予防や重症化予防を図る**	・心身の状態に応じた必要な栄養バランスを確保するための食生活を無理なく続けることで、**加齢による虚弱を予防し質の高い生活をより長く続ける**
健康な食事のあり方：つくる	・食事作りや食卓を囲む心地よさなどの体験を積み重ねることで、**自ら食事を作ったり、食卓を整えたりする力を養う**	・健康な心身の維持・増進に必要な食生活を無理なく続けるために、**多様なライフスタイルに合わせた食材や調理法や食べ方・食の場面を工夫する**	・心身の状態にあった食生活を無理なく続けるために、**簡便な食事作りや食べ方を工夫できる**
健康な食事のあり方：伝えあう	・健康・栄養から食料生産・食文化に至る様々な食に機会に触れたり、学習することを重ねることで、**食に主体的にかかわる力を養う**	・健康・栄養から食料生産・食文化に至る様々な情報について、**家庭や職場・地域など、様々なつながりの中で発信し共有する**	・健康・栄養から食料生産・食文化に至るこれまでの積み重ねてきた**経験や知恵を、身近な人に伝え共有する**
	・様々な食に関する体験を積み重ねることができる	**・健康な心身を維持・増進する生活を続けることができる**	**・満足のいく生活をより長くつづけることができる**

～開催のご案内～

健康講座

第 10 回　テーマ「胆石症とその合併症」「膵癌について」

平成27年10月24日（土）　午後2時～3時30分

1.「胆石症とその合併症」
　　消化器内科部長　　青 木　　哲 哉
2.「腰のいたみ」 ～原因と最新の治療法～
　　整形外科部長　　田 中　　亨

開催場所：淀川区民センター（淀川区野中南2－1－5）
参加費無料・定員 70 名
申込受付　当院総合案内及び下記電話番号にて受け付けます。
電話番号：06－6150－8000

第７回　糖尿病フェスタ

テーマ　「親子3代で育む未来」

1日目　平成 27 年 11 月 6 日（金）14:00～16:00

＊骨粗しょう症についてのおはなし（糖尿病内科部長　日浦義和）
＊血管年齢測定・筋肉脂肪成分測定（整理券を配布します）
＊お薬・栄養のおはなし　＊体操でリフレッシュ！　など
☆☆お子様が楽しめるスタンプラリーもあります☆☆

2日目　平成 27 年 11 月 7 日（土）10:00～12:00

＊＊食育をテーマにした講演会＊＊
講師：相愛大学　杉山　文　先生
～テレビ出演やイベント講師など幅広く活躍されている先生です！～

開催場所：当院　1階ホール・9階すかいルーム　予約不要・参加費無料

１１ 月 １４ 日 は 世 界 糖 尿 病 デ ー で す
十 三 市 民 病 院　糖 尿 病 ケ ア チ ー ム（ＤＣＴ）

いきいき健康セミナー

第6回　テーマ　「実は奥が深い糖尿病の検査」

平成27年10月16日（金）午後2時00分～3時00分

中央臨床検査部　野 村 仁 志

開催場所：当院2階　集団指導室

予約不要・参加費無料

当院へのアクセス

電車

・阪急神戸線「神崎川」駅から
南東へ約 8 分
・阪急「十三」駅から
北西へ約 12 分

大阪市営バス

・JR 大阪駅前～約 20 分
・阪急宝塚線三国駅前～約 10 分
69系統「榎木橋」行きで「十三市民病院」下車すぐ
69系統「大阪駅」行きで「十三市民病院」下車すぐ

初診の受付

月曜日～金曜日　午前８時 45 分～午前 11 時 00 分

診療科		月	火	水	木	金
内　科	午前	藤井	白石	日浦	今村	洲鎌
		井坂	松浦		宮野	呉家
		小松（循環器）	小松（循環器）	小松（循環器）		柴田（循環器）
消化器内科		大庭	倉井	山口	青木	上田
小児科		平林	谷本	藤岡	平林	藤岡
外　科		貝崎	堀	高塚	堀	高塚
		塚本		貝崎		枝川/栂野
整形外科		伊達	月山	寺井	榎原	坂和
		月山				
産婦人科		田中	交代制	森下	中田	本久
泌尿器科		安達	安達	交代制	河野	安達
		河野	河野		北本	北本
眼　科		森脇	森脇	交代制	砂田	森脇
		三宅	洪里		三宅	砂田
耳鼻咽喉科			箕輪	松本		交代制
皮膚科		村上	前川		田口	

【外来診療担当表】初診のみ掲載しています。

編　集

大阪市立十三市民病院
広報委員会

〒532-0034

大阪市淀川区野中北 2-12-27

代表電話：06-6150-8000

http://www.osakacity-hp.or.jp/juso/