



香川県済生会病院広報誌

陽だまり

vol.13
2024 Autumn

特集

肝臓の病気

TAKE
FREE

ご自由にお持ち帰り
ください

特集

肝臓の病気



PROFILE

臨床研修センター長 正木 勉

平成2年に香川医科大学を卒業
平成20年から令和6年3月まで香川大学医学部
消化器・神経内科学教室教授
令和6年4月から当院消化器内科・肝臓内科にて
臨床研修センター長として勤務
専門は消化器内科と肝臓内科（特に肝臓内科）
消化器病専門医・指導医、肝臓専門医・指導医

肝臓の働き

肝臓は体内で多岐にわたる重要な役割を果たしている臓器です。右側の上腹部に位置し、生命活動の維持に不可欠です。以下は、肝臓の主な機能について解説します。

1 栄養の代謝

食べ物から摂取した糖質、脂質、タンパク質などを体が利用できる形に変換します。糖質をエネルギー源として使うためにグリコーゲンとして貯蔵し、必要に応じて血糖値を調整する役割も持っています。

2 解毒作用

体内で発生する有害な物質（アルコールや薬物など）を無毒化する役割があります。これにより、体内に有害な物質が蓄積されるのを防ぎます。

3 胆汁の生成と分泌

脂肪の消化・吸収を助けるために胆汁を生成し、たんのう胆嚢に貯蔵します。食事をすると胆汁が腸に分泌され、脂肪の分解を助けます。

4 血液の浄化

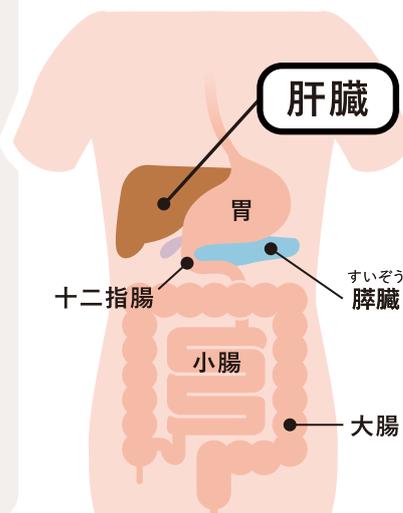
腸から吸収された栄養や老廃物が含まれる血液は、一度肝臓を通ります。肝臓で浄化された血液は心臓に戻り、体全体に供給されます。

5 ビタミン・ミネラルの貯蔵

ビタミンA、D、E、K、B12や、鉄、銅などのミネラルを貯蔵しておき、体が必要なときに供給します。

6 免疫機能のサポート

クッパー細胞と呼ばれる免疫細胞があり、体内に侵入した細菌やウイルスを排除し、感染を防ぎます。



これらの働きから、肝臓は「人体の化学工場」とも呼ばれています。

肝臓病の進行



肝臓病の進行にはさまざまな段階があり、それぞれに特徴的な症状や治療法が異なります。肝臓病は、肝臓の細胞や組織に異常が生じることで、正常な働きができなくなる状態です。以下に一般的な進行段階を示します。

肝炎（炎症段階）

初期段階では、ウイルス感染（例えばB型肝炎、C型肝炎）やアルコール、肥満による脂肪肝、薬剤などが原因で肝炎が起こります。炎症により肝細胞がダメージを受け、肝臓は腫れます。初期症状は軽度で、疲労感や食欲不振などが現れることがありますが、無症状のことも多いです。

線維化

肝炎が慢性化すると、肝臓の細胞が破壊され、修復の過程で線維化（はんこん癒痕組織の形成）が進行します。この段階ではまだ肝臓の機能が保たれることが多いですが、線維化が進むと、肝臓の血流や機能に影響を与える可能性があります。

肝硬変

線維化がさらに進むと、肝硬変に移行します。肝硬変になると、肝臓全体が硬くなり、機能低下が顕著になります。肝硬変には「代償性肝硬変」と「非代償性肝硬変」があり、代償性ではまだある程度の機能が保たれていますが、非代償性になると腹水、黄疸、出血傾向などが見られるようになります。肝硬変がかなり進行すると、肝臓が、萎縮してきます。

肝臓がん

肝硬変からさらに進行すると、一部のケースで肝細胞がんが発生することがあります。肝臓がんは肝硬変の合併症としても知られています。早期の発見が難しいため、定期的な検診が重要です。

■ 治療法

脂肪肝(肝脂肪症)…食事療法や運動、体重管理が主な治療法です。アルコール性の場合は禁酒が推奨されます。重症化する前にライフスタイルの改善が重要です。

肝炎(急性肝炎・慢性肝炎)…B型肝炎、C型肝炎には抗ウイルス薬が使用されます。アルコールや薬物が原因の場合は原因物質の除去が重要です。つまりアルコールなら断酒、薬剤ならば、それを中止して、同じ効果の持つ他の薬剤への切り替えが必要となります。

肝硬変…肝硬変そのものを治癒させる治療は難しいですが、分枝鎖アミノ酸製剤、原因治療(禁酒、抗ウイルス治療など)や症状に応じた薬物療法(分枝鎖アミノ酸製剤、アルブミン投与、亜鉛製剤投与、利尿薬投与など)が行われます。症状が進行した場合、肝移植が検討されることもあります。

肝細胞がん(肝癌)…がんの進行度によって異なります。手術、肝移植、ラジオ波焼灼療法(RFA)、化学療法、免疫療法などが選択肢として挙げられます。早期発見すれば、肝がん治療のオプションの組み合わせ治療も可能である。

■ 健康診断で受けられる肝機能検査

健康診断で行われる肝機能検査には、肝臓の状態や機能を評価するためのいくつかの血液検査が含まれています。主に以下の項目がよくチェックされます。

AST(GOT)…アスパラギン酸アミノトランスフェラーゼと呼ばれる酵素で、肝細胞に含まれています。肝細胞が損傷すると血中のASTの値が上昇します。

ALT(GPT)…アラニンアミノトランスフェラーゼという酵素で、主に肝臓に存在します。肝細胞が損傷した場合に増加し、肝臓の健康状態を直接的に反映します。

γ-GTP(ガンマGTP)…γ-グルタミルトランスペプチダーゼの略で、肝臓や胆道に関連する酵素です。アルコールの影響や胆汁の停滞などに敏感で、アルコール摂取が多い人で高値を示すことが多いです。

ALP(アルカリホスファターゼ)…胆汁の流れが悪くなると高値になる酵素です。肝臓や胆道の機能を示す指標の一つとして用いられます。

総ビリルビン…ヘモグロビンが分解されてできる物質で、肝臓で処理されます。肝臓での処理能力が低下しているとビリルビン値が上昇し、黄疸の原因にもなります。

総蛋白(TP)・アルブミン…血液中の蛋白質の総量や、主に肝臓で生成されるアルブミンの量を測定します。栄養状態や肝機能の状態を確認する指標です。

検査結果は通常、基準値と比較して評価されますが、肝臓の病気や状態は数値の組み合わせで診断されることが多い。高値があった場合でも、すぐに心配するのではなく、医師と相談し、必要であれば追加の検査【血液検査だけではなく、画像検査なども含め】を受けることが重要です。これらの検査により、肝臓の機能が正常かどうか、また、肝炎【ウイルス性肝炎など】や脂肪肝、アルコール性肝障害などのリスクを早期に発見することが可能です。

■ セルフチェックで早期発見

肝臓病の早期発見には、いくつかのセルフチェックが役立つ可能性があります。肝臓病は初期症状があまり出ないことが多いため、自己チェックに加えて定期的な検査も大切です。セルフチェックとして以下のポイントを確認するのが有効です。

疲労感…特に理由もなく疲れやすくなったり、倦怠感が続く場合、肝臓の不調を示している可能性があります。

皮膚や目の黄ばみ(黄疸)…皮膚や目の白目部分が黄色っぽくなる場合は、肝機能の低下が疑われます。

食欲不振…食欲が急に落ちたり、食べ物に対する興味が減った場合も肝臓の異常のサインとなることがあります。

吐き気や嘔吐…特に原因がなく吐き気や嘔吐が続く場合は、肝臓に負担がかかっている場合もあります。

腹部の痛みや腫れ…肝臓は右上腹部に位置するため、その部位に違和感を感じた場合は早めに医師に相談するのが良いでしょう。

尿の色や便の異常…濃い茶色の尿や白っぽい便が続く場合、肝機能以上の兆候である可能性があります。

■ 肝臓を守る生活を心がけましょう

バランスの良い食事…野菜や果物を中心に、タンパク質や食物繊維も意識して摂りましょう。特にブロッコリーやほうれん草、トマト、にんじんなどは肝機能に良い成分が含まれています。脂質や砂糖を控えめに。高脂肪食や高糖分の食品は、肝臓への負担を増やすため、揚げ物やスナック菓子、加工食品の過剰摂取は控えましょう。果物の取りすぎにも注意が必要です。

アルコールを控える…過度のアルコール摂取は肝臓に大きな負担をかけ、長期的にはアルコール性肝疾患の原因になります。適量を守ることが重要です。休肝日を設け、肝臓が回復できる時間をつくるのも効果的です。

定期的な運動…適度な運動は肝機能を高めるために役立ちます。特にウォーキングやヨガなど、軽めの運動を継続することが理想的です。体重管理も大切です。肥満は脂肪肝のリスクを高めるため、適正体重を維持するようにしましょう。体脂肪を減らし、筋肉に変えていくことができれば理想的です。

十分な睡眠とストレス管理…睡眠不足や過度なストレスは肝臓の回復を妨げる原因になります。リラックスする時間を取り、ストレスを適切に発散することが必要です。

薬の使用に注意する…一部の薬やサプリメントは肝臓に負担をかけることがあります。医師や薬剤師の指導に従い、適切な量で使用しましょう。

水分補給を心がける…十分な水分を摂取することで体内の老廃物が排出されやすくなり、肝臓の負担軽減にもつながります。

定期的な健康診断…肝臓は「沈黙の臓器」とも言われ、症状が現れにくい臓器です。定期的に血液検査やエコーなどで肝機能をチェックすることをおすすめします。

肝臓の健康を守るためには、上記の生活習慣を日々意識することが大切です。



電動ベッドの導入で 快適な療養環境を

社会福祉法人 香川県済生会支部
 香川県済生会病院
 KAGAWA SAISEIKAI HOSPITAL

目標金額 **1,000万円** 2024年 **10月1日(火)** から **12月20日(金)** まで

香川県済生会病院が寄付金控除型クラウドファンディング挑戦中！

患者様と職員の安心・快適な療養環境を！ 電動ベッドの導入にご寄付を！

※本プロジェクトはAll in 方式のため、目標金額の達成の有無にかかわらず実行者は寄付金を受け取ります。

香川県済生会病院は、地域の急性期医療を担う中核病院として、済生丸による離島・僻地健診や無料低額診療などの社会福祉活動も行っています。

高齢化が進む中、当院では病診・病病連携や在宅・介護施設との連携を強化し、一般病棟、地域包括ケア病棟、療養病棟の整備を進めています。

特に、電動ベッドの導入が高齢患者さまの快適な入院生活と職員の負担軽減に必要不可欠ですが、現在198床中73床のみが電動ベッドであり、増設が求められています。

医療機器の更新を優先しているため自己資金だけでは対応が難しく、クラウドファンディングでの寄付を募るに至りました。患者さまが無理せず安全な療養環境を提供するため、皆さまのご寄付をお願い申し上げます。

1. 申込書を利用したご寄付

申込書にご記入の上、メールまたは郵送にてご提出ください。その上で、銀行口座にご寄付金をお振込ください。
 ※お振込だけではご寄付を正常に受理できません。
 必ず申込書もご提出ください。

【お申し込み先】

社会福祉法人 恩賜財団済生会支部
 香川県済生会病院
 〒761-8076
 香川県高松市多肥上町1331番地1
 電話：087-868-1551
 メール
 : saiseikaikagawa@mf.pikara.ne.jp

【振込先】

金融機関：百十四銀行(0173)
 支店名：田町支店(205)
 口座番号：普通 1022445
 口座名義：香川県済生会病院
 カナ：カガワケンサイカイイホウイン

2. WEBサイトからのご寄付

WEBサイトからご寄付いただける方は、下のQRコード、もしくは検索から、クレジットカード、コンビニ支払い*または銀行振込でご寄付ください。

香川県済生会病院 レディーフォー 

<https://readyfor.jp/projects/saiseikai-kagawa>



*コンビニ支払いは、ファミリーマート、ローソン、ミニストップのみ利用可能です。寄付金額+システム利用料の合計金額が30万円未満のご寄付でご利用いただけます。

お問い合わせは香川県済生会病院へお願いいたします。

EMAIL : saiseikaikagawa@mf.pikara.ne.jp TEL : 087-868-1551

 READYFOR

コース一覧

※各コース金額にシステム手数料（220円/税込）を追加した金額が合計の寄付金額となります。
 複数のコースを選択する場合も、お支払いごとに220円/税込となります。

1	ご寄付コース	¥3,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ
2		¥10,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制）
3		¥30,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制）
4		¥50,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制）
5		¥100,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（小・希望制）
6		¥300,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（中・希望制）
7		¥500,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（大・希望制）
8		¥1,000,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（特大・希望制） ●感謝状の贈呈（希望制）
9	【法人さま向け】ご寄付コース	¥100,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（小・希望制） ●病院内での広告掲示（希望制 院内でのチラシ掲示/1ヶ月） ※2
10		¥300,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（中・希望制） ●病院内での広告掲示（希望制 院内でのチラシ or 院内デジタルサイネージ掲示/半年） ※2
11		¥500,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（大・希望制） ●病院内での広告掲示（希望制 院内でのチラシ or 院内デジタルサイネージ掲示/1年） ※2
12		¥1,000,000	●寄付金額収書※1 ●お礼のメッセージ ●済生会香川病院HPへのお名前掲載（希望制） ●院内へご芳名の掲載（特大・希望制） ●病院内での広告掲示（希望制 院内でのチラシ and 院内デジタルサイネージ掲示/1年） ※2 ●感謝状の贈呈（希望制）

※1 寄付金額収書の発行は2025年2月中旬頃の日付となります。郵送しお手元に届くのは、2025年3月末頃を予定しています。

※2 設置するチラシの費用については寄付者さま負担にてご準備いただく必要がございますので、ご了承ください。
 詳細な掲載時期は、クラウドファンディング終了後ご連絡させていただきます。

申込書

かな 氏名		コース (_____ 円コース) □
メール アドレス		合計金額: _____ 円
住所	〒 _____	2番 コース (10,000 円コース) 2 □ +システム利用料220円
電話番号	TEL: _____	合計金額: 20,220 円
病院HPに掲載するお名前 (1万円コース以上のご寄付者さま) *ご希望でない場合は「なし」とご記入ください		
病院内に掲載するお名前 (10万円コース以上のご寄付者さま) *ご希望でない場合は「なし」とご記入ください		
感謝状の贈呈 (100万円コース以上のご寄付者さま)		<input type="checkbox"/> 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない



みんなで考えよう 備えよう

第6回

～災害からいのちを守ろう～

済生会 フェア

開催
報告



「地域の恒例イベントとして定着」

10月13日(日)、当院と特別養護老人ホームなでしこ香川協同で「みんなで考えよう備えよう～災害からいのちを守ろう～」をテーマに第6回済生会フェアを開催し、約1,000名が来場しました。

院内ブースでは香川大学四国危機管理教育・研究・地域連携推進機構危機管理先端教育研究センターの高橋真里様の災害に関する講演、臨床研修センター長(肝臓内科)の正木勉医師と腎臓内科部長の藤岡宏医師、脳神経内科部長の山本遥平医師が各専門分野について健康講座を実施。腹腔鏡を使って物を掴んで移動させる体験や専用ゴーグルを使用しての済生丸VR体験、機械を使ってお菓子を分包する薬剤師体験などを実施しました。

駐車場ブースではテーマの「災害」にちなんで災害対策本部車を国土交通省より派遣いただきました。その他にも医師と看護師による心肺蘇生&AED体験などを実施。高松桜井高等学校ダンス部・書道部のパフォーマンスは若さ溢れるフレッシュさで会場を盛り上げました。

一般の方から「今年も済生会フェアはありますか」と問い合わせをいただくようになり、地域の恒例イベントとして認知度が上がっていることを実感しています。





香川県済生会病院
消化器内視鏡専用
緊急ホットライン

香川県済生会病院消化器内科では
地域の諸先生方や患者様との迅速・緊密な連携を目指し、
平日専用ホットラインを開設しております。

消化器内科専用連絡先 ☎ **087-868-9539**

※この番号は医療機関からの専用番号であり、患者様個人からの電話は受け付けておりません。

対応時間 月～金曜日 **8:30～17:30** (土・日・祝日を除く)

DEPARTMENTS

消化器内科

●吐血、下血 ●黄疸 ●イレウス

上記のような患者様がおられましたら、専門医師が直接対応致します。原則、お断りいたしません。



Information

病院からのお知らせ



マイナンバーカードについて

今までの紙やカード型の保険証は、2024年12月2日から新規発行を終了します。代わりにマイナンバーカードに保険証の情報を登録した「マイナ保険証」を使用することになります。現在お持ちの保険証は、記載されている有効期限まで使用できます。また、経過措置として、2024年12月2日時点で有効な健康保険証は、最長1年間(2025年12月1日まで)使用可能となります。

従来の保険証とマイナ保険証の両方を持っている場合は、どちらを利用しても問題ありません。従来の保険証の有効期限が切れる前に、マイナ保険証に切り替えておきましょう！

香川県済生会病院広報誌

陽だまりへの
感想をお寄せください

本誌をお読みになったご意見・ご感想をQRコードまでお寄せください。お寄せいただいたご意見・ご感想は、より良い紙面内容にするために活用させていただきます。

ご感想募集
フォーム

編集後記

済生会フェアでは、たくさんの方にご来院頂き、ありがとうございました。歯ブラシにデコレーションしてオリジナルな歯ブラシを作成したり、透析室では『腎臓』についてクイズ形式で学べたり、我が家の子ども達(6歳・1歳)は大満足でした。また、済生丸の船員さんや警察官の制服を子供たちが着てパトカーや白バイに乗ることができるブースでは、終始、親が我が子に対して「可愛い〜!」と言いながら撮影してる様子は微笑ましかったです。コロナ禍が終了し、感染対策には注意しながらも家族で楽しめるイベントはとても良い思い出になりますね。 編集担当者

理念

患者さまのために、地域のために、
そして職員のために存在する病院



社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部
香川県済生会病院



〒761-8076 香川県高松市多肥上町1331-1
TEL.087-868-1551 FAX.087-868-9733 <https://www.saiseikai-kagawa.jp>

基本方針

- 1 思いやりを持って患者さまに尽くし、患者さまから信頼される病院となります
- 2 地域に根差し、地域の一員として認知、信頼される病院となります
- 3 高齢者医療、地域医療、がん医療、急性期医療、そして予防医療をリードする病院となります
- 4 常に変革を行い、またその能力を持つ病院となります
- 5 研究心、向上心を持ち、活力にあふれる病院となります
- 6 職員の働く環境の良い病院となります