

# 東京 肝臓のひろば

令和6年(2024年)10月号 第262号

特定非営利活動法人 東京肝臓友の会

〒161-0033 東京都新宿区下落合4-27-5-201  
電話 (03) 5982-2150 振替 00120-6-40564  
FAX (03) 5982-2151 口座名 東京肝臓友の会  
<http://www.tokankai.com>

縁切り榎  
〜 東京都板橋区  
切り絵・佐藤廣士さん

もくじ | Index |

東京肝臓のひろば 262

2 ジェネリック医薬品についてお知らせ

4 小金井地区肝友会 医療講演会

「悪性脂肪肝の見分け方」

— 肝がんの防止・やせ薬・最近のB型肝炎 —

講師 武蔵野赤十字病院 名誉院長 泉 並木先生

27 情報BOX

29 PBC・AIH・PSC通信

30 ジコメン・メディカル

31 東京肝臓友の会 活動日誌 (8月、9月)

患者会からの行事案内  
同病者による面談相談ごあんない  
相談会のご案内

小金井地区肝友会主催 医療講演会

# 悪性脂肪肝の 見分け方

・肝がんの防止・やせ薬  
・最近のB型肝炎

小金井市市民会館萌え木ホール

収録：2024年7月15日(土)

講師：泉 並木 先生 (武蔵野赤十字病院 名誉院長)

※今号は東京の地域患者会「小金井地区肝友会」に協力  
いただき、武蔵野赤十字病院名誉院長、泉並木先生の  
医療講演会の模様を掲載いたします。

司会 近年、ウイルス性肝炎の治療が進歩し患者数が減ってきていますが、今なお肝硬変や肝臓がんで苦しんでいる患者さんがいらつしゃいます。その上、本人の自覚がないまま突然肝臓がんになる脂肪肝の患者さんが目立つようになっていきます。この病気についてはまだまだ分からないことが多いようですが、4月に武蔵野赤十字病院の名誉院長に就任された泉並木先生にお話をしていただきました。小金井市報、や東京肝臓友の会の会報「東京肝臓のひろば」等に告知した結果、会員の方、一般市民の方等20名以上の方においていただき盛況に開催できました。泉名誉院長には大変お忙しい中、貴重な最新のお話を伺い、講演後にも皆様方からの質問にもお答えいただきました。ありがとうございました。

はじめに

ご紹介いただきました泉です。

私は、武蔵野赤十字病院に勤めて今年で39年になります。2016年から今年まで8年間、院長を拝命してこの4月から名誉院長になっております。そうなると、病院での突然の様々な課題は後任の黒崎院長がやっていただけなので、夜中に突然電話で呼び出されるようなことも無くなり、随分と楽になっています。

現在も毎日出勤しております。週2回は新患を含めた外来の患者さんを診ております。臨床の仕事が増え患者さんに接する時間が増えており、病院内での時間が取れるので医療従事者としてはうれしい限りです。病院の外では、日本病院会というところで副会長をしております。厚生労働省の諮問会議に出席して、地域医療構想、かかりつけ医制度、病院の機

能分担、役割とかいろいろ決めなければならぬことの対応で病院側の委員となっており、行政の中での会議に出席することが多くなっているのが現状です。

武蔵野赤十字病院が、今新しい建物を建てているのはよくご存じのことと思います。7階くらいまで建物が建ってきています。これから11階までの鉄骨が組みあがってきて、建物としては来年の初めくらいに完成する予定です。しかし、細かい配線とか様々な屋内の工事等がその後始まりますので、すべての完成は来年の11月1日を目処としておられます。12月1日に病院としてオープンしますが、すべての病室が個室になります。すべて個室と言いますが、差額ベッドがあるのは5割以下でして半分以上は差額のない個室になります。コロナ禍を経験して、当時は患者さんの感染防止の管理が大変だったので病室はすべて個室になりました。このほかに、新しい高機

能の手術用の機械を用意する等、高度な治療を担う病院として地域の方々の健康を支えていきたいと思っています。

◆本日の内容◆

この会はC型肝炎の患者さんが多く、C型肝炎を勉強することを主目的に、この医療講演会も30年以上続いております。ところが、現在C型肝炎はいい薬が出来てほとんど治るようになり、多くの肝臓病の患者さんの関心事は脂肪肝に移ってきています。医師の世界でも、脂肪肝について学会でも演題として取り上げられるようになっておりますし、参加する医師も多くなっております。研究も進んでいるのですが、研究すればするほど難しい病気であるということがわかってきました。このことを今日お話しさせていただきます。

処方せん薬宅配サービス

# とどくすり

全国で利用可能／利用料・送料負担ゼロ  
処方せんのお薬がおうちに届く

∴ 周囲を気にせずに、ご自宅でお薬の相談と受け取りが可能です ∴



周りの人にお薬や疾患について聞こえていないか気になる……



服薬指導はオンライン。周囲を気にせずご利用いただけます。

とどくすり運営事務局 0120-407-543 受付時間 月曜～土曜(日曜・祝日を除く) 10:00～17:00  
おかびファーマシーシステム株式会社(TOPPANグループ) 東京都千代田区神田和泉町1番地

とどくすり

検索



※薬剤師の判断によりオンライン服薬指導をご利用いただけない場合があります。※処方せんデータ及び原本は、とどくすり事務局にて一次受けをした後に、各薬局へ連携しています。  
※関係法令などによりサービス内容は予告なく変更になる場合があります。予めご了承ください。※支払い方法について銀行振込・代引きの場合は、所定の手数料をいただきます。

思っています。その他、自由診療になるのですが、一般の美容クリニックを中心に痩せ薬がどんどん処方されるといことが多くなく、今後このような状況をどうすべきか大きな課題になっています。薬局で売っている痩せ薬もあり、この辺もお話させていただきたいと思っています。最後にB型肝炎の話もさせていただきたいと思っています。

### ◆脂肪肝とは◆

難しい話になるかもしれませんが、脂肪肝の話をしていきます。脂肪肝というものは、まずは皮下脂肪とは全く違うものだというところをご理解いただきたいと思えます。皮下脂肪は良性の脂肪になります。皮下脂肪がついていると太っているとか、見た目が悪いわけなのですが、これ自体が体に悪

いとは言えません。ところが、脂肪肝のような内臓脂肪は動脈硬化がどんどん進む原因になり、これが原因で体のいろいろなところに障害を起こすこととなります。特に、肝臓に障害を起こすことがわかってきています。

従来はアルコール性と非アルコール性を厳格に分けていたのです。全くアルコールを飲まない脂肪肝の方も、お酒だけ飲んで肝硬変になる方もいらっしゃるのですが、そんなに多くはありません。厳密にアルコール性と非アルコール性を分ける必要がないのではありません。最近の学会の考え方です。現在は脂肪性肝障害、つまりSLDという名称を使っています。次のスライドで代謝異常の組み入れ基準というものを話させていただきます。B M Iや腹囲などを見分けて最終的に超音波の検査で脂肪がたまっているかどうかで脂肪肝を判断しています。組み入れ基準でB M Iや腹囲

肝臓検査.com  
kanzo-kensa.com

ウイルス  
食べ過ぎ  
アルコール  
運動不足

## フィブrosキャン検査は 肝臓の硬さだけでなく 脂肪量の測定も保険適用になりました

フィブrosキャン検査や保険適用の詳細につきましては  
下記ホームページに掲載されている最寄りの病院にお尋ねください

🔍 肝臓検査.com で検索！

QRコードを  
読み込んで検索！

## ★対面交流会を開催しました

10月5日(土)の午後、新宿にある東京都健康プラザ・ハイジアにて、PBC・AIH・PSC患者交流会を行いました。対面での交流会開催は2019年4月以来、実に5年半ぶりです。朝からあいにくの雨模様でしたが、参加者はPBC 5名、AIH 3名、PSC 5名、それにスタッフも含めた計15名が集まりました。

コロナ禍となった2020年以降の患者交流会は、治療により免疫抑制している方もおられるため、Zoomを使ったオンライン形式で行ってきました。オンライン形式は、遠方に住んでいても体調がすぐれなくても自宅にいなから参加できる等のメリットがある一方、環境が整わず参加できない・苦手なので参加しづらいという方が多いという問題もありました。今回やっと対面での交流会が実現でき、直接会って顔を見ながらお話しすることで、改めてコミュニケーションの重要性を感じる機会となりました。今後はオンラインでの交流会も継続しつつ、コロナ前のように対面でお話しする場を増やしていきたいと考えています。

この日は、まず全体会で20分ほど交流し、PBC・AIH・PSCそれぞれのグループに分かれて1時間半、少人数でじっくりと話し合いました。そこで出た主な話題について簡単にご紹介します。(写真は和やかにしみじみと話しているPSCグループの様子です)

### ♪全体会の話

10月からのジェネリック使用促進の新たな仕組みについて、猛暑や季節の変わり目での体調の変化について 他

### ♪PBCグループ

- ・かゆみの悩みと対策
- ・薬について (ウルソの飲み方、飲み忘れとその対策、ジェネリックに対する考え方など)
- ・主治医との関係性 (主治医の説明が足りないこと、診察室での会話についてなど)
- ・食生活の工夫 (油のとり方、食材の選び方など)

この他にも話題は尽きず、たくさんの情報交換ができ、たびたび笑いがあふれてとても楽しいひとときでした。



### ♪AIHグループ

- ・再燃について、プレドニゾロンの減らし方や免疫抑制剤について
- ・プレドニゾロンの副作用、特に骨粗しょう症の薬について
- ・主治医との関係性 (診察室での会話についてなど)

やはりプレドニゾロン服用に関する悩みや疑問が多く、時間をかけて経験や情報を話し合えたことが良かったです。

### ♪PSCグループ

- ・かゆみの悩みと対策 (ぬり薬、保湿など)
  - ・体調管理の難しさ (腹痛、冷え対策、潰瘍性大腸炎の影響、メンタル面のコントロールなど)
  - ・食生活の悩みと工夫 (体調が悪くなる食べ物の例、おやつ・非常用携帯食・調理法・食材の工夫など)
- 今回は特に食生活についての話題が尽きませんでした。食事は毎日のことなので悩みも大きいですが、体調を見ながら「食事を楽しむ」ことも大切だと再確認しました。

また次の機会に、皆さんと元気で会えることを楽しみにしています！

(PBC・AIH・PSC 部会 古川)

## 2024年度第4回肝臓病教室開催のお知らせ

～東京肝臓友の会コラボ企画～

# 脂肪肝 おこまり事例紹介

## 大質問大会

日時 2024年**11月10日**(日) 14:00～15:00

会場 虎の門病院本院 1階講堂 (東京都港区虎ノ門2-2-2)

司会 米澤 敦子 (特定非営利活動法人 東京肝臓友の会)

講師 芥田 憲夫 (虎の門病院 肝臓内科部長)

### 「脂肪肝にまつわる最近の話題」

※講義のあと皆さまのおこまり事にお答えします

参加費 無料

申込み チラシをご覧ください

問合せ 虎の門病院肝疾患相談センター

電話: 03-3560-7672 直通【平日9:30～16:00】

主催 東京都肝疾患診療連携拠点病院 虎の門病院肝疾患相談センター

共催 特定非営利活動法人 東京肝臓友の会



# 同病者による面談相談

☆肝臓病のこと、生活のこと、なんでも お気軽にご相談ください☆

日時: **10月30日(水)** **11月30日(土)** **12月はお休みです**

13時30分～16時30分 (1人1時間)

場所: 東京都障害者福祉会館 1階 相談室

対象: 東京都在住、在勤の方優先

主催: 東京都

相談料: 無料 (予約制)

相談員: 米澤敦子 (東京肝臓友の会 事務局長)

### 申込方法

※電話でお申し込みください。

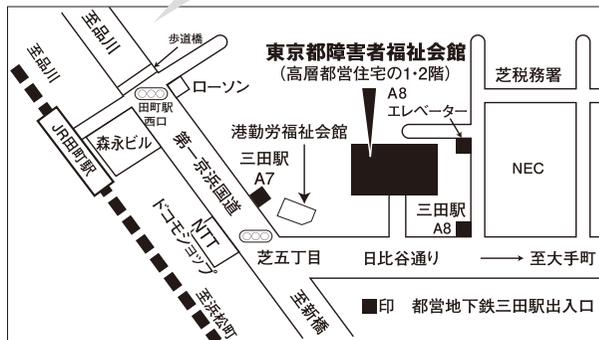
【申込先】都障害者福祉会館相談係

〒108-0014 港区芝5-18-2

☎ 03 (3455) 6321

### 【交通案内】

- ◆JR「田町駅」西口徒歩5分
- ◆都営三田線「三田駅」出口A8 徒歩1分
- ◆都営浅草線「三田駅」出口A7 徒歩1分



本会報掲載の記事を転載する場合はご連絡ください。