

# メディカル ぽっぽ

Vol. 41

発行 2019年12月

発行者 大阪鉄道病院 〒545-0053 大阪市阿倍野区松崎町1-2-22 TEL 06-6628-2221(代表)

★当院は西日本旅客鉄道株式会社の企業立病院ですが、どなたでもご利用いただけます。★

## 肝臓の硬さの計測 (肝硬度測定) って

アルコールの多飲や肝炎ウイルス等によって肝臓が傷つけられると、肝臓の細胞が壊れて線維化(硬化)が起こります。線維化が進行すると肝硬変や肝がんの発生率も高くなります。

今まで線維化の程度を推定するためには、肝生検(肝臓に針を挿入し肝臓の一部を採取)を実施し、取り出した組織を薄くスライスして染色し、顕微鏡を用いて病理学的に判断する必要がありました。これらの検査は入院で行っていたため、患者さんには大きな負担になっていました。

近年では、体外から超音波を用いて肝臓に振動を与え、その伝わる速さから肝臓の硬さを数値化できるようになりました。肝臓が硬くなるほど振動が速く伝わることから、線維化の程度を知ることができ、同時に肝臓に沈着した脂肪の程度も測ることができます。これまでの肝生検とは違い、痛みや入院の必要もなく、繰り返し測定することも可能になりました。

肝臓の線維化は、アルコールの多飲やウイルス性慢性肝炎、肝硬変等によって進行しますが、脂肪肝の中にも肝硬変へと進行する場合があり、線維化の程度を知ることは、現状の診断や今後の病状を予測するために非常に有用なものとなります。

病理学的検査による肝臓の線維化の程度は、以下のようにF0～F4の4つの段階に分類されます。

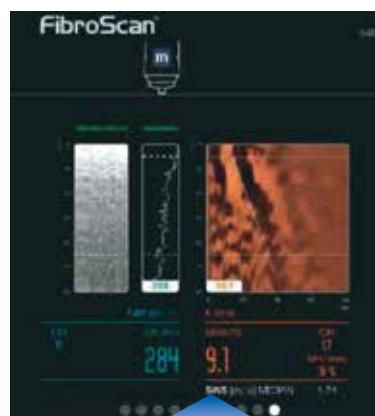


肝硬度測定(fibroscan) 基準値1.5～5.0kPa  
病理学的線維化の程度

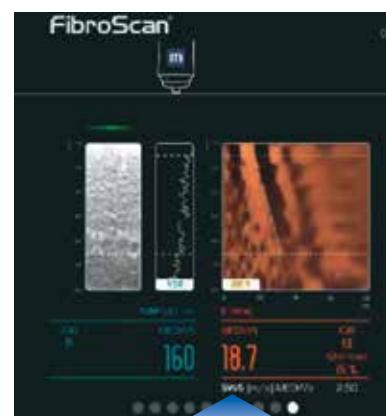
F0-F1	F2	F3	F4
正常、軽度な線維化	中等度線維化	高度線維化	肝硬変



正常範囲内



中等度から高度線維化



肝硬変

\* 当院で実施の場合は腹部超音波検査と同時に測定しています

# リハビリコラム

START!

リハビリテーションは**理学療法士**、**作業療法士**、**言語聴覚士**といった3つの職種に分類されます。今回は**理学療法士**の仕事内容や一日のスケジュールをご紹介します。

【理学療法士】とは、ケガや病気などで身体に障がいのある人に対して基本動作能力の回復や維持および障がいの予防や改善を目的に運動療法や物理療法などを用いて自立した日常生活が送れるよう支援する専門職です。

当院では患者さんの笑顔を取り戻すために**整形**、**呼吸循環器**、**糖尿病**、**血液内科**、**脳卒中**といった多様な疾患を対象として幅広く関わっています。

## 身体動作観察のスペシャリスト！

午前の  
スケジュール

8:30～12:15

### カンファレンス

患者さんの病態や治療方針をスタッフ間で共有

### ミーティング

出勤者が顔を合わせ一日の流れを確認

### リハビリテーション

患者さんに合わせて安全に訓練を実施



午後の  
スケジュール

12:15～17:00

### リハビリテーション

再び歩けるよう歩行訓練を実施

### 病棟カンファレンス

複数のメディカルスタッフ（医療従事者）と共に治療計画を立案

### 資料作成

退院後の生活指導や自主練習の資料作成



次回は**作業療法士**を紹介します

※当院では外来リハビリは実施しておりません。

## 健康レシピ

秋も一段と深まり、肌寒い日が続きますね。日増しに寒さが身にしみるこんな時期には、山形県の郷土料理、芋煮はいかがでしょうか？芋煮は里芋が主役の鍋料理ですが、地域によって具材や味付けが異なるそうです。今回は醤油味のレシピをご紹介。食物繊維がたっぷりで食べ応えのある芋煮をぜひお試しください。

### 〈芋煮〉2人分

- ①里芋200gは皮をむいて一口大に切る。
- ②こんにゃく1/2枚はスプーンでちぎり、長ネギ1本は1センチ幅の斜め切りにする。
- ③鍋に水500mlと①と調味料（醤油30ml、酒15ml、砂糖20g）の半量を入れ中火にかける。
- ④里芋に火が通ったら牛こま切れ肉200gと②を入れる。
- ⑤牛肉に火が通ったら、残りの調味料を入れ中火のまま5分煮込む。

（一人分304kcal 食物繊維4.8g 塩分約2.7）

## 署内自衛消防競技会 に参加しました

2019年11月7日（木）、阿倍野消防署において、署内自衛消防競技会が開催されました。当院からは、「火災初動装置訓練」（消火器による初期消火）に2組、「屋内消火栓による消火訓練」に1組参加しました。惜しくも入賞は逃しましたが、競技会参加により、防火意識の向上に役立ちました。今年度第2回目の院内防火防災訓練を2020年2月に実施する予定です。

