



予約優先制です。診療時間内に電話でご予約下さい(990-5820)。水曜日は検査日です。



ホームページ

<http://www.kikuchi-clinic.com/>  
携帯も共通です。

QRコードでホームページに接続  
できます。休診等の最新情報は、ホームページ  
でご確認下さい。

**臨時休診** 12月 6日(水) 休診します  
**年末の診療は** 12月29日(金) 午前診で終了  
**年始の診療は** 1月 5日(金) から始めます

今回は、おそらく今までで一番長い休みです。大事な薬  
が足りなくならないよう、余裕を持って受診して下さい。

**インフルエンザの予防接種を  
実施中です。(予約制です)**

慢性疾患で通院中の患者さんには、  
定期の診察時にお受けいただき  
くよう、お願いしております。

## 急性胃腸炎（感染性胃腸炎）にご注意

11月に入ってから、嘔吐・下痢を起こす急性胃腸炎の患者さんが  
増えています。家族で来院された患者さんもありました。

実は、私もかかりました。急に腹部膨満、吐き気が始まり、39℃  
の熱、嘔吐・下痢となりました。少しだけ患者さんにご迷惑をおかけ  
しました、申し訳ありません。

私は、吐き気止めと整腸剤で、3日で治りました。皆さんだいたい  
同じような症状・経過のようです。

大部分がウイルス性で、ノロウイルスも原因のひとつです。生ガキ  
などから感染すると言われていいますので、加熱が重要です。

吐いたものや便で汚れた衣類等からでも感染しますので、消毒（塩  
素系漂白剤）、手洗いが重要です。

もし、かかったら、安静が一番です。脱水状態にならないければ、大  
部分の方は3日ほどで回復しますが、小児や高齢者は要注意です。

吐き気がある間は、食べない方がいいです。脱水にならないよう、水  
分補給が大事ですが、それも受けつけない場合は点滴が必要です。

(ノロウイルスの診断には便の検査が必要ですが、健康保険がきかな  
いため、当院では検査はほとんど検査をしていません。)

11月9日に発病しま  
した。

ウイルス性の場合、抗  
生物質は効果がありませ  
ん。

85℃で1分間の加熱が  
必要です。(中心部まで  
加熱が必要です)

「体力をつけるため」無  
理に食べる必要はありませ  
ん。

「薬をのむため」に食  
べる必要もありません。

ノロウイルスの検査は  
2万5千円かかります。

## お願い

毎年11月と12月は、インフルエンザの予防接種のため、外来がたいへん混雑します。  
(一番暇な月と比較すると、延べ患者数は、例年約6割増になります)

予約をされていない患者さんは、待ち時間がかなり長くなることをご了承下さい。予約  
は、できるだけ早くお願いします。当日でも、来院前にお電話を頂くとかなり違います。

元コクヨ八尾工場跡に、ショッピングセンター「アリオ八尾」がオープンしました。周辺  
の道路は、かなり渋滞しますので、ご来院の際は時間に余裕を持っておいで下さい。(特に  
朝早い時間の予約の患者さんは、ご注意ください。)

毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」をご持参下さい。

「**きょうの健康**」 **NHK教育テレビ** <http://www.nhk.or.jp/kenko/>  
**(月) ~ (木) 午後8:30~8:45 (金) 午後8:00~8:45**  
 (再放送) 翌週 午後1:05~1:20 テキストが市販されています。

月	火	水	木	金
				Q & A 1 甲状腺の病気
<b>漢方で対処 呼吸器の病気</b>				Q & A
4 長引くかぜには?	5 慢性的な息切れ・ COPD	6 ぜんそく症状を 抑える	7 高齢者に多い肺炎	8
<b>肝炎治療の最前線</b>				Q & A
11 C型 早期発見のために	12 C型 最新の治療	13 増える 欧米型B型肝炎	14 B型 進歩した治療	15
<b>快適! 入浴健康法</b>			<b>専門医がすすめる 健康体操2</b>	Q & A
18 事故を防ぐ 安全な入り方	19 こり・疲れが 消える!	20 リラックスして 温まろう	21 骨を強くしよう	22
<b>(アンコールシリーズ) がんは予防できる!</b>			<b>(アンコールシリーズ) 専門医がすすめる 健康体操</b>	Q & A
25 生活習慣で がんになる	26 食生活とがん予防	27 それでも 禁煙はイヤ?	28 ひざの痛みを 解消しよう	29 休み

### C型慢性肝炎

「きょうの健康」の12月11~15日は、慢性肝炎の特集です。  
 当院にも、肝臓病の患者さんはたくさん受診しておられます。慢性肝炎の原因で一番多いのは、ウイルス性肝炎です。B型とC型がありますが、大部分がC型です。  
 感染は、血液を介して起こり、輸血が一番の原因ですが、それ以外の医療行為、その他の原因でも起こります。  
 15年以上前に輸血を受けた方、血液製剤の投与を受けた方はもちろんですが、肝機能障害を指摘された方は一度は検査を受けることが大事です。全国的に見て、大阪府はC型慢性肝炎・肝臓癌ともかなり多いです。  
 毎号、ご案内していますが、八尾市在住の40才以上の方はウイルス肝炎の検診を受けることができます(無料)。是非お受け下さい。

A型とE型は、経口感染で、ほとんど急性肝炎だけです。  
 D型は、B型の感染者にしか感染しません。  
 (日本ではほとんどありません)  
 現在の輸血は、ウイルスを検査してありますので、感染の危険はほとんどありません。

### C型慢性肝炎の治療は、なぜ必要なのか？

最初に、なぜ治療が必要なのかを知っておかないといけません。

慢性肝炎が進行すると、C型の場合、かなりの方が肝硬変になります。さらに、肝硬変になると高率に肝臓癌（正確には、肝細胞癌）が発生することがわかっています。

つまり、**慢性肝炎を治療する目的は、肝細胞癌の予防**のためといっても過言ではありません。

### C型慢性肝炎の治療が必要かどうか？

まず、治療が必要かどうかを知る必要があります。

**6か月以上肝機能異常が続く場合、慢性肝炎**の状態であることが強く疑われます。

一番目安になる検査は、血液検査でわかるGPT (ALT) です。GPTの異常値が持続する場合、すべての感染者は、治療が必要と考えられています。(上記、赤字部分の理由により)

最近では、GPTが正常値でも、治療が必要な場合もあるという考え方になっています。その目安になるのが、GPT (ALT) と血小板数です。

#### C型慢性肝炎の治療ガイドライン2006 (GPT正常例)

	血小板数15万以上	血小板数15万未満
GPT30以下	2～4か月毎に検査し、異常値になったら抗ウイルス療法を検討	線維化があれば、抗ウイルス療法を検討
GPT31～40	65才以下は、抗ウイルス療法	慢性肝炎に準じる

### C型慢性肝炎の治療方法

上の表で出ていますが、ウイルスの持続感染によって起こる病気ですから、**根本的な治療は抗ウイルス療法**です。

お聞きになったことがあると思いますが、**インターフェロン**という注射薬を使います。ウイルスの種類と数によりますが、**リバビリン**という内服薬も併用します。

日本人に多い、インターフェロンが効きにくく、ウイルス数が多いC型慢性肝炎の場合、ウイルスが完全に排除されるのは、約半数です。10数年前、インターフェロン療法が始まった当初は、治癒率は約5%でしたので、かなり治療成績はよくなっています。

高齢、肝硬変に進行しているなどの理由で、インターフェロン療法ができない場合は、肝庇護剤の内服や注射・点滴などによって、肝機能を改善する治療を行います。

いずれにしても、肝細胞癌の早期発見のために、定期的な検査（血液検査1～4か月毎、超音波検査3～6か月毎）をお受け下さい。

感染者の約7割が慢性肝炎になり、慢性肝炎の7～8割が20年位かけて、肝硬変になります。

肝細胞癌ができる可能性は、軽度の慢性肝炎で年率0.5%、高度の慢性肝炎で3～5%、肝硬変では8%と言われていきます。(年率8%ということは、12, 3年で100%という意味です)

GPTは、肝細胞が壊れることによって増加する酵素です。正常値は、40以下です。

血小板は、肝臓の線維化と関連しています。線維化（肝硬変の変化）が強くなると減少します。正常値は、15万以上です。

インターフェロンは、週1回皮下注射します。

現在、当院では3名の患者さんにインターフェロン療法を実施中です。

副作用が心配で、あるいは経済的な理由で、インターフェロン療法に踏み切れない患者さんもあり、残念です。

現在、治療中の患者さんの場合、3割負担で月に約7～8万円かかっています。

検査の間隔は、病状によります。

当院では、デビットカード・クレジットカードをご利用頂けます。

## インフルエンザの予防接種を実施中です

抵抗力の弱い高齢者や、基礎疾患（循環器・呼吸器疾患、糖尿病など）のある方には、特にお勧めしています。

また、流行がいろいろな試験、特に入学試験の時期と重なりますので、受験生の方もご検討下さい。

年齢	接種回数
65才以上	1回
13～65才未満	2回 <b>昨シーズンにインフルエンザに感染した方、予防接種を受けた方は1回でも可。</b>
13才未満	2回

効果は、2週間後からあらわれ、約5か月間持続します。

年明けからの流行期に間に合わせるためには**12月中旬までには受けて頂くこと**をお勧めします。

**接種料金**：かかりつけの患者さんには**優遇料金を設定**しています。条件は、「**64才以下**」の方で、当院に「**平成17年10月～平成18年9月**の1年間」において

- ①慢性疾患で「**4か月以上**」受診された方
- ②慢性疾患以外で「**6か月以上**」受診された方
- ③八尾市基本健康診査を受けられた方
- ④**内視鏡検査・超音波検査（腹部・頸部）**を受けられた方

インフルエンザ予防接種料金（1回につき） （初診の場合、1回目は+500円）		
	八尾市民	八尾市民以外
<b>A</b> ：65才以上の方 （公費負担の対象期間以外は、 <b>B</b> または <b>C</b> の料金）	1000円	<b>B</b> に該当する方は、 1000円
<b>B</b> ：65才未満の方で、 前記の条件を満たす方。	1680円	
<b>C</b> ：上記以外の方	1880円	

ウイルスを家庭に持ち込むのを防ぐことが重要ですので、**家族全員で受けて頂くのが理想**です。

左の表で「1回」に当たる方でも、2回受けて悪いわけではありません。

1回より2回の方が、効果はあります。

2回の場合は、1～4週間隔で受けて頂きます。

受診月数：1か月の間に何回受診されても、1か月と数えます。

65才以上の公費負担の対象者のうち、

- ①生活保護世帯
- ②市民税非課税世帯
- ③心臓・腎臓・呼吸器の機能障害で身体障害1級（に準ずる）の方
- ④公害認定患者（今年度から追加されました）

の方は、1000円の自己負担が免除されます。

ただし、**市役所（出張所を含む）か保健センターの証明が必要**です。

来院前に手続きをお済ませ下さい。

**40才以上の八尾市民の方は、健診（採血・検尿・心電図）が年1回無料で受けられます。**

**大腸がん検診（便潜血2回法）・肝炎ウイルス健診（来年3月で終了です）も**行っています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9～12	○	○	<b>検査</b>	○	○	○	×
午後4～7	○	○	×	○	○	×	×