

ホームドクター

620

健康診断で肝機能異常が指摘されたら

今年も特定健診・特定保健指導の時期がやってきました。

特定健診の大きな目標の一つに、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目して、いわゆる生活習慣病の診断と予防のための保健指導を受けていただくことを目的としています。高血圧やコレステロールなどの脂質代謝異常症、糖尿病と並んで、肝機能障害も検査対象となっています。

肝機能障害の原因には肝炎ウイルス感染以外に、アルコールによるアルコール性肝やメ

越谷市医師会
北越谷クリニック

☎978-1501

みやけ おおき
三宅 大



タボリックシンドローム、糖尿病などによる脂肪性肝障害(以下脂肪肝)が近年増加傾向にあることが知られており、日本人の成人の20%~40%が罹患する国民病の一つです。

脂肪肝は、肝細胞の中に主に中性脂肪を主体とした余分な脂肪が蓄積した状態です。診断には主に超音波やCTなどの画像診断を用いられることが多いですが、比較的初期には診断困難なケースもあります。脂肪肝は、肝臓の中で起きた脂肪変性の結果生じた壊死・炎症により、その後肝繊維化を起こします。こ

の繊維化が進むと肝硬変に進行していきます。そして、肝硬変は肝がんの発生母地となりうるものです。脂肪肝は肝硬変に進行するまでほとんど症状はありません。また通常の健康診断で行われる検査では進行度合いは分からないことが多く、注意が必要です。脂肪性肝障害の薬物治療は、残念なことに現時点で科学的な根拠の強い治療法はまだありません。肝硬変へと進行してしまう前に、食事や運動などにより体重の減量をすることが最も重要になります。高血圧や糖尿病、脂質代謝異常症などのほかの生活習慣病を持っていれば、その疾患の治療をすることによって改善することもあります。

健康的な生活習慣を維持することで、予防ができることも多くあります。定期的な健康診断を受け、早期発見、早期治療を優先しましょう。



健(検)診・相談

👉いつまでも元気な骨で! 骨粗しょう症検診

▶日程・会場・定員: 下表のとおり

日程	会場	定員
7月19日(水)・20日(木)	蒲生地区センター多目的ホール	各日 150人
7月24日(月)	サンシティ展示ホール	
7月30日(日)・31日(月)・ 8月4日(金)・5日(土)	保健センター2階多目的会議室	

▶対象: 20歳以上の女性(平成16年3月31日以前に生まれた方)

▶費用: 1,000円

▶持ち物: タオル

▶申込み: 電子申請または電話で申し込み



👉歯科健診・相談~歯つらつ! お口の健康~

▶日時: 7月26日(水)、13:30~15:00

▶会場: 児童館ヒマワリ

▶対象: 市内在住のお子さんと保護者20人

▶申込み: 電子申請または電話で申し込み



👉栄養士にきく! 食生活なんでも相談

▶日時: 8月10日(木)、9:00~12:00

▶対象: 市内在住の方3人

▶申込み: 電子申請または電話で申し込み



愛の献血

ご協力ください



▶時間: ▷全血献血...10:00~17:30 ▷成分献血...10:00~16:30

▶会場: イオンレイクタウンmori1階

▶持ち物: 氏名・生年月日・顔写真が確認できる本人確認書類(初回)、献血カード(2回目以降)

▶申込み: 専用フォーム(ラブラッド会員の方のみ)または電話で下記へ。予約無しでの献血も可能です



☎越谷レイクタウン献血ルーム☎987-3737(9:30~18:00)

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ

☎新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター☎0120-701-333(9:00~17:00)

令和5年春開始接種は8月末で終了します

接種券の発行申請

- 65歳以上の方(転入者を除く)…不要。接種券を順次発送しています
- 基礎疾患を有する方、医療従事者等…電子申請、コールセンターまたは申請用紙で申請(受け付けは7月10日(月)まで)
- 転入者…コールセンターへご連絡ください
- *接種券の発送まで約3週間かかります
- *未使用の接種券をお持ちの65歳以上の方はそちらをご利用ください。64歳以下の方は予約前にコールセンターへご連絡ください



電子申請ページ

予約方法

- コールセンターまたは予約サイトから予約。おかけ間違いにご注意ください



予約サイト

新型コロナウイルス感染症予防接種証明書は、接種証明書アプリ、コンビニエンスストア等のマルチコピー機または郵送で取得できます

そのほか、詳しい情報は市ホームページをご覧ください



健康情報コラム

おくすり手帳の活用方法



越谷市薬剤師会

昭和中央薬局

まさむし りょうた
政氏 良太



おくすり手帳はいつ、どこで、どんなお薬をもらったかを記録しておく手帳です。今回はその活用方法について書かせていただきます。

おくすり手帳には過去にかかった病気、アレルギーの有無、副作用歴、体調変化などについても記入できます。またそれ以外に、薬局や薬店で薬を購入する時、引っ越し先で新しい医療機関を受診する時、休日診療所や救急病院を受診する時、旅行する時、災害に遭った時にも何の薬を飲んでいるかを伝える必要があります。災害時、救急時等のためにも、おくすり手帳は常に携帯しておくことをお勧めします。

次に、病院ごとにおくすり手帳を分けている方もいらっしゃいますが、おくすり手帳はお一人一冊で管理しましょう。一冊にまとめることにより薬剤師は薬の飲み合わせ、薬の重複も確認できるようになります。そして、薬以外にも健康食品、サプリメントを購入する機会もあると思います。手書きでかまいませんので、購入した物も手帳に記録しましょう。思いがけない、よくない組み合わせ・食べ合わせが見つかることがあります。

おくすり手帳は、紙以外にも電子おくすり手帳というスマートフォンでも見られるアプリがあります。現在マイナンバーカードの普及も進んでおり、政府運営のポータルサイト「マイナポータル」を活用すれば、医療費や薬の情報をいつでも確認できるようになります(2021年9月以降の情報のみ)。ただし、今後ますます情報技術は発達するとは思いますが、現段階では電子化に対応できていない部分もあります。

もしもの時のために紙のおくすり手帳も一冊持っておくといいでしょう。気になること等ありましたら、薬剤師、薬剤師会にご相談ください。