



近畿大学病院 肝疾患相談支援センター
Kindai University Hospital, Liver disease consultation support center

きんぞうくんレター

肝疾患相談支援センターだより

vol.
03
2022.4

経口感染する肝炎
A型肝炎・E型肝炎について
超音波検査でどんな検査？
おすすめレシピ～番外編～

みんなのかんぞうは
ボウがまもるデシヨ♪

肝疾患相談支援センター
イメージキャラクター
きんぞうくん

肝臓お守り隊
入隊式

きんぞうくんレター

第3号 2022年4月発行

【発行】近畿大学病院 肝疾患相談支援センター 〒589-8511 大阪府大阪市大野東377-2 TEL 072-366-0221（代表）

YouTube 配信 肝炎・肝がんについて知ろう！

今年度、新型コロナウイルス感染症の状況を鑑み、Web講演を企画いたしました。病気のことを知っている方も知らない方にも見ていただきたい内容となっております。ぜひお手持ちのスマートフォンやタブレット端末でご覧ください。



血液データの読み方

近畿大学病院
消化器内科
千品寛和

動画は
コチラ♪



B型肝炎について

近畿大学病院
消化器内科
盛田真弘

動画は
コチラ♪



肝がんについて

近畿大学病院
消化器内科
田北雅弘

動画は
コチラ♪



C型肝炎について

近畿大学病院
消化器内科
依田 広

動画は
コチラ♪



肝疾患相談支援センター イメージキャラクター

きんぞうくん

性格

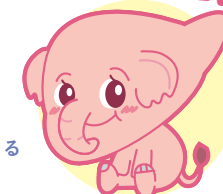
おとなしくて温厚な性格。体を守ってくれるやさしい子です。普段からあまり怒ったり大声を出したりすることがないので、周りから気づかれにくいのが悩みどころ。

座右の銘

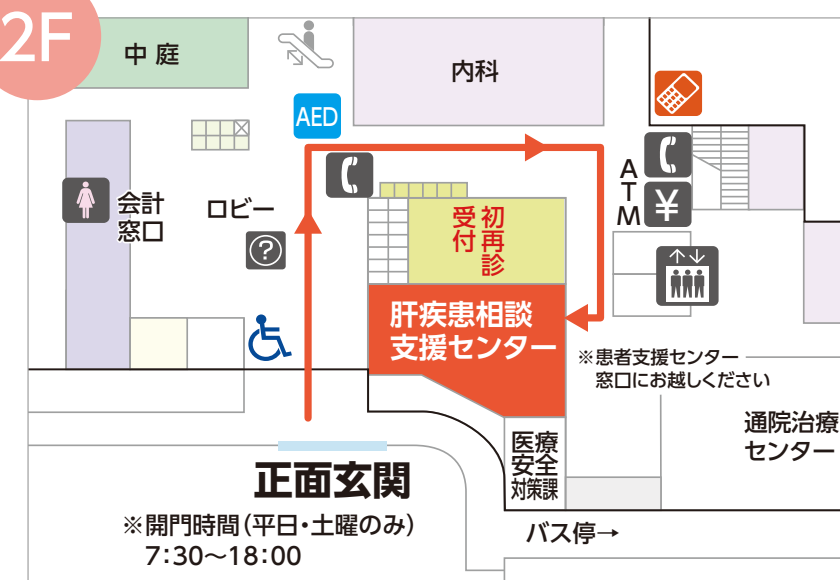
You 肝 Do it!

あなたならボク（肝臓）を守ることができるよ!! ってことデシヨ。

どうぞ
よくデシヨ♪



2F



お問合せ



近畿大学病院 肝疾患相談支援センター
Kindai University Hospital, Liver disease consultation support center

Tel.072-366-0221

<https://www.med.kindai.ac.jp/liver/>



近畿大学病院
KINDAI UNIVERSITY HOSPITAL

<https://www.med.kindai.ac.jp/>

facebookでも情報配信中!
@kindai.medicine

**肝疾患相談
支援センター**

肝疾患に関して

お困りごとがございましたら、
お気軽にご相談ください。



経口感染する肝炎

A型肝炎・E型肝炎について

B型肝炎・C型肝炎は血液を介してウイルスが感染するのに対して、A型肝炎・E型肝炎はおもに食物などを介して口から肝炎ウイルスが感染（経口感染）することで発症します。



A型肝炎

A型肝炎ウイルス（HAV）の経口感染でおこります。HAVは新型コロナウイルスと同じくRNAウイルスで、直径27ナノメートルとても小さく、正20面体の形をしています。肝臓でHAVが増殖すると、胆汁に排泄され、便の中に排泄されます。ウイルスが河川から海へと流れていき、牡蠣などの魚介類へ取り込まれ、生のままで摂食すると感染が成立してしまいます。かつては世界中でありふれた感染症でしたが、国内では下

水道の整備とともに減少し、いまではまれな感染症になりました。

流行域や診断について

海外では、アジア・中南米・アフリカなどに流行域があります。感染すると潜伏期間2〜6週間を経て急性肝炎を発症し、発熱、頭痛、食欲低下、全身倦怠感、黄疸などの症状が出現します。黄疸以外は感冒と症状が類似しています。海外の流行域から日本への帰国後に発症することがあり、輸入感染症の一つです。血液検査にて肝酵素の高値、黄疸、IgM型HA

抗体陽性を以って診断します。治療薬はないのですが、安静のみでほとんどの場合は自然治癒し、慢性肝炎にはなりません。

感染予防対策

感染予防には、魚介類の加熱調理が大切ですし、流行域では生水をのまないようにしましょう。A型肝炎ワクチンが予防にほぼ100%有効ですので、流行域への渡航を計画されている場合はワクチン接種をおすすめします。

E型肝炎

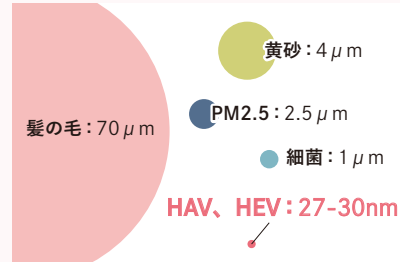


RNAウイルスであるE型肝炎ウイルス（HEV）の経口感染でおこります。流行域や症状はA型肝炎と同様で、潜伏期間は2〜9週間です。輸入感染症の一つなのですが、渡航歴がなくとも感染することがあり、その多くが加熱不十分な豚肉（特に豚生レバー）・猪肉・鹿肉の摂食で感染しています。このことから豚生肉の摂食は法令で禁止されました。過去に北海道や東京において輸血で感染した事例もあり、いまでは血液製剤は厳重なチェックがなされています。診断にはIgA型HE抗体を測定します。治療薬はなく、妊婦さんや高齢で基礎疾患のある方では重症化する

るリスクがあります。慢性化しないとされていましたが、免疫抑制剤投与中には慢性化する可能性があることがわかってきました。

A型肝炎ウイルス（HAV）
E型肝炎ウイルス（HEV）

大きさ：27-30nm≒1mmの4万分の1



感染予防対策

感染予防のためのワクチンはなく、流行域では生水や生の魚介類・肉類を摂食しないようにしましょう。国内においても猪肉・鹿肉・豚肉は生で摂取することは避け、十分な加熱調理が必要です。



生肉は十分
加熱調理しましょう

	A型肝炎	E型肝炎
原因ウイルス	HAV(RNAウイルス)	HEV(RNAウイルス)
感染ルート	経口	経口
国内における主な感染源	二枚貝(特に生牡蠣)	加熱不十分な豚肉・猪肉・鹿肉
診断マーカー	IgM-HA抗体	IgA-HE抗体
慢性化	なし	なし(免疫抑制下で慢性化あり)
治療薬	なし	なし
重症化	まれ	あり(妊婦、基礎疾患、高齢)
ワクチン	あり	なし



近畿大学医学部
消化器内科 講師
依田 広
1996年 京都大学医学部卒業
1996年 京都大学病院医員(研修医)
2002年 シンガポール国立分子細胞生物
学研究所 ジュニアリサーチフェロー
2008年 京都大学医学部附属病院
消化器内科 助教
2015年より現職

超音波検査って

どんな検査？

みなさん、超音波ってご存じですか？

イルカやクジラがものの位置を調べるときや、仲間とコミュニケーションを取るときに利用することでも有名ですね。私達には聞こえない音（空間・物質の振動）のひとつで、超音波はものにぶつかると「やまびこ」のように跳ね返ってくる性質をもっています。

超音波検査（エコー）は、超音波を目に見える画像に変える医療機器で、超音波を送受信する探触子（プローブ）というものを体の表面にあてて、体の内面をみます。ゼリーをつけるとうまく見えるようになるので、検査の際にプローブにゼリーを塗布します。エコーは胎児や赤ちゃんでも安心して受けられる検査で、被爆

は全くありません。苦痛も少ない検査ですので、健診などでもよく利用されていますね。

エコー検査の種類

エコー検査は、臓器の形を見るだけでなく、内部にしこりがないかを探したり、動く心臓の様子を直接観察したりすることが出来ます。他にも、血液の流れを調べたり（ドブラ検査）、臓器の硬さを測ったり（エラストグラフィ検査）、造影剤を用いて腫瘍の診断をしたり（造影検査）、CTやMRIの画像と重ね合わせてがん治療の手助けをしたり（ナビゲーション機能）、いろいろなことが出来るようになっていきます。最近では、関節の炎症を評価したり、肋骨の骨折を



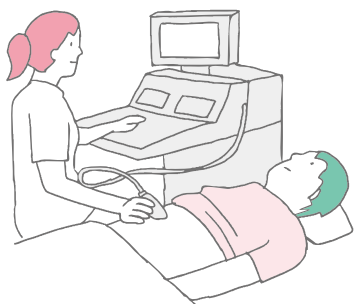
近畿大学医学部
消化器内科 助教
青木 智子

2008年 自治医科大学 医学部卒業
2012年 公立八尾病院 総合診療科医員
2018年 神戸海星病院 内科医長
2019年より現職



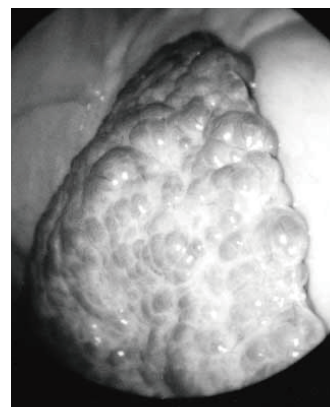
エコー検査の弱点

医師以外にも国家資格を持った臨床検査技師、放射線技師が検査を担当しています。私たちは専門知識や特殊技量の向上を重ね、常に勉強しながら皆さんに安心して検査を受けていただけるよう頑張っています。それでも、エコー検査には、弱点があります。骨と空気が苦手な検査ですので、肋骨・肺に隠れた臓器は見えにくいことがありますし、皮下脂肪・内臓脂肪が厚い場合には体の深いところを観察できません。また、食事による影響を受けることがありますので、検査前には食事を抜いてきていただく場合があります。超音波検査を身近に感じて、ぜひ検査をうけてみてください。



超音波検査のやくわり

標準的な検査	付加的な検査	専門医療機関で受けられる検査
● 臓器の形をみる、臓器の動きを見る ● 臓器の中の腫瘍・石を探す	● 血流を評価する（ドブラ検査） ● 臓器の硬さを測る（エラストグラフィ検査）	● 腫瘍の血流を詳しくみる（造影検査） ● 治療の支援をする（ナビゲーション機能） ● 関節の炎症や骨折を見つける ● 腸の炎症や腫瘍を見つける



実際の肝硬変の写真



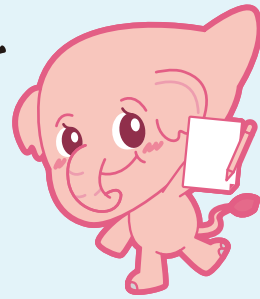
エコー検査での肝硬変像



肝硬変の超音波画像

表面の凸凹不整な様子がよく観察できる。

肝臓病の医療費助成を知っていますか？



「医療費助成」とは、患者さんが支払う医療費の自己負担に上限を定めた公的医療保険の制度です。

肝炎ウイルス検査陽性者の初回精密検査費用助成

肝炎ウイルス検査の結果が陽性の方を対象に、大阪府肝炎専門医療機関において初回精密検査（医療保険適用のものに限る）を受けた際の検査費用の自己負担分を助成する制度です。

大阪府が実施する検査や市町村が実施する健診における肝炎ウイルス検診、職域の健康診断や人間ドックにおいて実施する検査が対象となります。また、妊婦健診や手術前の検査で陽性と判定された方も助成対象となります。

ご自身が肝炎ウイルス検査を受けられた場所によって申請に必要な書類が異なりますが、肝炎ウイルス検査（検診）の結果通知書や、医療機関を受診した際の領収書や診療明細書が必ず必要になりますので、捨てずに保管しておきましょう。

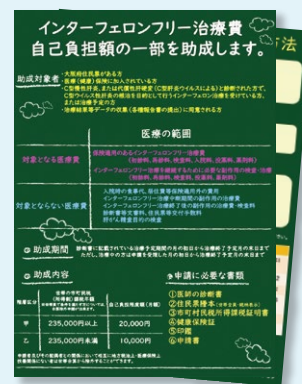
B型・C型肝炎医療費助成制度

B型肝炎ではインターフェロン・核酸アナログ製剤治療、C型肝炎ではインターフェロンフリー治療にかかる診察や検査、治療薬の処方に対して医療費を助成する制度があります。

申請の方法は各都道府県によって異なりますが、近畿大学病院では大阪府にお住まいの方向けに、外来にて受給者証交付申請方法について説明したチラシをお渡ししております。



B型肝炎チラシ



C型肝炎チラシ

ほかにも色々な種類の助成制度があります。申請方法や必要な書類がわからない方は肝疾患相談支援センターへお問い合わせいただくか、各都道府県の窓口へご相談ください。また、院内には医師や看護師など肝炎医療コーディネーターも多く在籍しておりますので、お困りごとがあった際にはお気軽にお尋ねください。



きやんゾウくんの

おすすめレシピ



番外編



A型肝炎・E型肝炎と食事

A型肝炎、E型肝炎は肝炎ウイルスの感染によって発症します。日本での発症は少ないですが、飲食物からの感染が報告されています。A型肝炎ウイルスは世界では衛生状態のよくない水を介した感染、日本では生カキからの感染が多く、E型肝炎ウイルスは十分に加熱されていないイノシシや豚のレバー、シカ肉の摂取で感染します。

感染予防

肝炎ウイルス感染は加熱で予防できます。A型肝炎ウイルスは中心部が85度1分、E型肝炎ウイルスは71度5分以上で感染性を失うとされています。



A型肝炎
85度1分以上

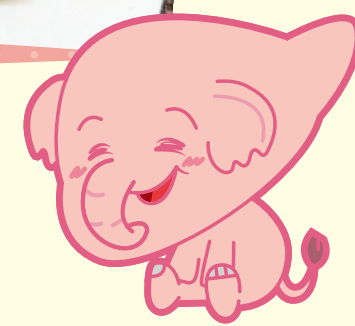


E型肝炎
71度5分以上

カキを生で摂取すれば、A型肝炎ウイルスだけでなく、ノロウイルス感染のリスクも上がりますので、感染予防の観点からは加熱して摂取することをお勧めします。カキフライの場合、前述の加熱時間を確保するためには、170度で3分揚げることが必要です。また、感染予防には食材や調理器具の扱いにも注意が必要です。カキを触った手で他の食材や調理器具に触れないことが重要です。



カキフライは
170度で3分
あげるデシヨ



カキの栄養素に注目

カキは栄養が豊富な食材であり、亜鉛の含有量が多いです。亜鉛はたんぱく質などの代謝に必要な補酵素として働きます。主食と副菜のそろった食事で亜鉛が不足することはありませんが、亜鉛不足になれば、貧血、代謝障害、皮膚炎、味覚障害などが起こります。