

おしえて

ドクター

No.13
C型慢性肝炎は
治る時代になりました

今月のドクター

石田 聡医師



桑名西医療センター
内科部長

近年、治療効果の高い新しい抗ウイルス薬が相次いで登場しています。ウイルスに直接(Direct)に作用(Acting)する抗ウイルス薬(Antivirals)の頭文字をDAAとってDAAと呼ばれています。DAAの登場で3〜6カ月の内服治療で95%以上の患者さんは完治できるようになりました。

C型慢性肝炎は慢性肝障害の原因として最も多い病気です。感染者は国内に約150万〜200万人いると言われていて、進行すると肝硬変を経て肝臓癌になる危険が高く、日本人の肝臓癌の約65パーセントがC型肝炎由来です。C型肝炎ウイルスは1989年に存在が証明されて以降、インターフェロン注射を中心とした治療が行われてきました。しかし、日本人に多い遺伝子型1bのC型肝炎は治療効果が低く、インターフェロン治療で治らなかった人や、副作用で治療を中断された人も多数おられます。DAA治療はこれらの人も同様に完治できることが

報告されています。「以前インターフェロンで治らなかった」と諦めていないで、ぜひ新しい抗ウイルス薬での内服による再治療を考えられてはいかがでしょうか。

ただし、内服前に検討しなくてはならないことがいくつかあります。C型肝炎ウイルスの遺伝子型によって内服するDAAは異なります。そのほかに①肝硬変が進みすぎている人には使えないこと ②腎機能の程度 ③持病で薬を内服中の人は飲み合わせ ④耐性ウイルスの有無等が内服前に検討すべき点です。

かかりつけの先生を通じ、専門医のいる医療機関へご紹介いただき、DAA内服治療を検討されることをお勧めします。

お問い合わせは

- 桑名東医療センター
☎22-12111 FAX22-9498
- 桑名西医療センター
☎22-71111 FAX24-1506
- 桑名南医療センター
☎22-0650 FAX22-5608

家族みんなの健康ノート

お酒と上手に付き合ひましょう

お酒には良い面と悪い面があります。良い面は、気持ちよくなる、リラックスできるなどがあります。

厚生労働省の飲酒ガイドラインを参考に適量を知り、お酒と上手に付き合ひましょう。

◎適度な飲酒ガイドライン(厚生労働省)

- 健康な中年男性の適度な飲酒量
1日平均純アルコール換算で20グラム以下
*20グラム…ビール約500ml(中ビン1本)、または日本酒1合弱、または25度の焼酎100ml
- ▽女性・高齢者の飲酒量は中年男性の半分
- ▽赤くなりやすい体質の人は要注意です

◎お酒の悪い面(代表的なもの)

- ①本人への影響
- からだ…高血圧、高脂血症、肥満、糖尿病、痛風、がんなど。
- こころ…アルコール依存症、うつ病、睡眠障害、認知症など。
- ②周囲への影響
- 家族…暴力や虐待、家庭内不和。
- 社会…飲酒運転、失業、暴力を起こすなど犯罪を起こす例もあります。

特に注意を促したいのが、妊婦や未成年の飲酒です。本人のみならず、その家族や社会にも深刻な影響を及ぼす可能性があります。正しく理解し、良い面だけを引き出せるようにしましょう。

問 中央保健センター
☎24-11182 FAX24-3032

土日祝日(昼間・夜間)に病気になったら

救急+医療

夜間・休日に急病になった時は、診療可能な病院を24時間体制で案内します。
※案内を受けた後、医療機関に問い合わせからお出かけください。
パソコンによるご案内(医療ネットみえ)
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>
携帯電話によるご案内
▶ <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/k/>
音声によるご案内(無料)
☎0800-100-1199
救急医療情報センター
☎23-1199

24時間無料無受付

くわな健康・医療相談ダイヤル24
☎0120-149-107

土曜夜間・休日は応急診療所

電話は診療時間内をお願いします。
〔診療科目〕内科、小児科

日曜・祝日 午前9時30分～正午
午後1時～4時

土曜夜間 午後8時～10時

応急診療所(ふれあいプラザ内)
☎21-9916

日曜・祝日の午後5時～10時は、当番医療機関へ 事前に医療機関へ電話してください。

2日(振休)	桑名病院	☎22-0460
3日(火)	青木内科	☎22-1111
8日(日)	山崎病院	☎22-0983
9日(祝)	桑名病院	☎22-0460
15日(日)	青木内科	☎22-1111
22日(日)	山崎病院	☎22-0983
29日(日)	青木内科	☎22-1111

すこやか情報局

お問い合わせ・申し込みは
中央保健センター ☎24-1182 FAX 24-3032

健康づくり講演会

～いつまでも地域で元気に暮らすために～

いつまでも地域で元気に暮らすために、ご自身や地域の人皆さんがどうするとよいか、運動を交えての講演会を開催します。

とき 1月24日(火) 午後2時～3時30分
場所 中央保健センター **定員** 100人(先着順)
料金 無料
講師 日本福祉大学 社会福祉学部
准教授 ^{あらふか ひろき} 荒深 裕規さん

申込 直接または、電話で中央保健センターへ。
申込開始 1月6日(金)

こころの健康づくり講演会

～気持ちが伝わる話し方～

とき 1月31日(火) 午後1時～3時
場所 中央保健センター **定員** 60人(先着順)
料金 無料
講師 県立こころの医療センター 精神保健福祉士

申込 電話で、中央保健センターへ。
申込期間 1月10日(火)～30日(月)
▷無料の託児も受け付けます(先着15人)。
託児の申込期間は、1月10日(火)～24日(火)です。

調理実習「体に良い食事」の参加者募集

とき 1月30日(月)、2月3日(金)
いずれも午前10時～午後1時
※各日同じメニューです。
場所 中央保健センター
定員 各日36人(先着順) **料金** 600円
申込 電話で、中央保健センターへ。
申込期間 1月10日(火)～20日(金)



桑名いきいき体操のつどい

とき ①1月6日(金)・11日(水)・18日(水)・27日(金)
いずれも午前9時30分～10時
②1月10日(火) 午前10時30分～11時
③1月17日(火) 午前10時30分～11時
場所 ①中央保健センター ②長島福祉健康センター ③多度すこやかセンター
料金 無料 **申込** 不要 **持物** タオル、飲料水

おとこの料理教室参加者募集

とき ①1月25日(水) ②2月17日(金)
いずれも午前9時30分～午後0時30分
場所 ①中央保健センター②長島福祉健康センター
対象 市内在住の人 **定員** 30人(先着順)
料金 500円
申込 電話で、中央保健センターへ。
申込期間 ①1月6日(金)～18日(水)
②1月6日(金)～2月10日(金)



～こころと身体の健康づくり講演会～ 野菜と果物で心も身体も元気に!その魅力と楽しみ方

とき 2月4日(土) 午後2時～4時
場所 くわなメディアライヴ 多目的ホール
講師 アクティブ野菜ソムリエ T.Little Kitchen
定員 約150人 **料金** 無料 **締切** 1月27日(金)
申込 電話で、桑名保健所健康増進課
(☎24-3625) へ。

+ 献血にご協力ください +

とき 1月11日(水) 午前9時30分～11時30分
場所 桑名市役所

高齢者肺炎球菌ワクチンの定期接種はお済みですか

平成28年度の高齢者肺炎球菌ワクチンの定期接種の終了期限がせまってきていますので、接種を希望される人は早めに受けましょう。

対象 過去に高齢者用肺炎球菌ワクチンの接種をしていない人で、①または②に該当する人
①平成28年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の誕生日を迎える人
②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害や、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある人。

期限 3月31日(金) **場所** 市指定医療機関 **料金** 2,500円
持物 高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種の案内ハガキ(ハガキを紛失された場合は、中央保健センターにご連絡ください)、健康保険証、お持ちの人は健康手帳