



# 楠だより 2月

—2015年—

偶数月発行 NO.44 H27.2.25 発行責任者:病院長 編集:広報委員会

## 健康手帳 35

## 病院でよく測る検査値 ～肝機能編～

肝臓は内臓の中で最大の臓器であり、脳や両肺と同程度の重さです。肝臓は『沈黙の臓器』とも呼ばれています。これは、病変が起きてもなかなか症状が現れにくいという意味です。また、肝臓自体は、損傷が生じてもそれが一定のレベル以内なら再生・回復する能力を備えています。肝臓に異常を生じさせその機能を低下させる主な原因としては、ウイルス感染、アルコールの過剰摂取、薬の副作用、肥満(脂肪の蓄積)、免疫・代謝疾患、悪性腫瘍、有機溶媒の誤飲、重金属の蓄積などがあります。

肝臓は、代謝、解毒、胆汁の生成という3つの重要な働きをしています。これらの働きを助けるために、肝臓の中ではさまざまな酵素が活躍しています。肝臓が元気なら、これらの酵素は血液中にはほとんど出てきませんが、過度の飲酒や肝炎ウイルス感染などで肝細胞が傷つくと血中に溢れ出てきます。そのため、生化学検査でそれらの酵素の量を調べる

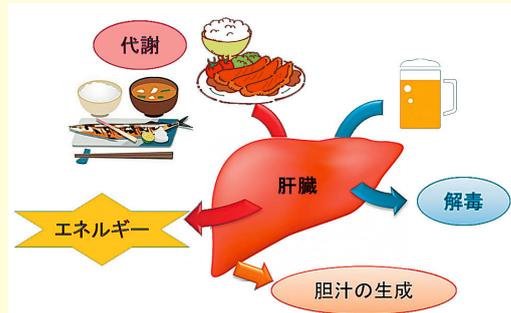
と、肝細胞がどれくらい障害を受けているのかを診断する目安になります。

### 【肝臓の3つの働き】

代謝:食べ物から得た栄養をエネルギーに変える。

解毒:アルコールなどを無毒化する。

胆汁の生成:消化液の一種である「胆汁」を作る。



検査項目	※基準範囲	単位	ポイント
ALT (GPT)	8~34	U/l	肝臓に最も多く存在し、細胞が破壊されると血液中に現れます。
AST (GOT)	13~31	U/l	心臓・肝臓・骨格筋の順に多く分布し、細胞が破壊されると血液中に現れます。
γ-GTP	9~57	U/l	肝臓・腎臓・膵臓・小腸などに分布し、特にアルコール性肝障害で上昇し、禁酒すると速やかに低下します。
ALP	109~321	U/l	肝臓に最も多く分布し、小腸や骨、胎盤にも多く分布する。それらの臓器に障害が起きると血液中に現れます。
LD	115~217	U/l	ブドウ糖がエネルギーを生み出す際に作用する。体内に幅広く分布し、細胞の障害により血液中に現れます。
総蛋白	6.5~7.8	g/dl	血清中のたんぱく量の増減から、肝臓や腎臓などの代謝性疾患の病態を推定します。
ビリルビン	0.3~1.0 (総ビリルビン)	mg/dl	ビリルビンは古くなった赤血球が分解されるときにできる物質で、胆汁色素の主成分。肝機能障害があると、この値が上昇します。

※:神戸大学医学部附属病院検査部設定

### 病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

### 目次

- 健康手帳(35) 病院でよく測る検査値～肝機能編～ .....1
- 患者さんへのお知らせ 外来をリニューアルしました! .....2
- こどもセンター クリスマス会 .....2
- 健康レシビ 第36回 れんこん饅頭～和風あんかけ～ .....3
- 診療科から 放射線科 .....4

# 外来をリニューアルしました!

## ～歯科回診外科～



2014年7月28日、歯科口腔外科外来が第1病棟2階に移転され新しくなりました。

患者さんに「綺麗な外来だな…」と感じていただき、気持ち良く診察を受けてもらえるよう配慮しました。



歯科用診察台が13台に増設されました。その内の1台には小手術に特化した専用診察台を採用し、顕微鏡が付設されているためより細やかな治療が可能となりました。

診察室はパーテーションを設け、プライバシーに配慮しました。内装は床などを木目調に一新し、診察台のシートを黒で統一しました。

昨年度から歯科口腔外科外来に【口腔機能管理センター】を併設し、がんなどに対する手術や放射線療法・抗がん剤治療など周術期の患者さんの口腔機能の管理にも今後より一層励んで参ります。

歯科口腔外科ホームページ  
<http://www.med.kobe-u.ac.jp/maxillo/staff.html>

## ～眼科外来～

平成26年9月8日より外来診療棟1階の眼科外来がリニューアルしました。引き続き、患者さんの力になれるよう、眼科スタッフ一同頑張ってお参りますのでよろしくお願い致します。



場所も正面玄関に近くなり、よりアクセスしやすくなっています。

中待台も広く、明るい外来になりました。

## こどもセンター クリスマス会

12月25日(木)、こどもセンターのプレイルームでクリスマス会を開催しました。患者さんやその家族、スタッフが参加し、大変楽しい会となりました。

小学生と中学生の患者さんが司会を担当し、手作りの大型紙芝居「まどから★おくりもの」では、看護師さんたちが読み聞かせにチャレンジ!!こどもとお母さん達によるハンドベル演奏や、医師達によるピアノとバイオリン演奏でしっかりとクリスマスの雰囲気を感じました。そして今年一番の出し物は、「アナと雪の女王」のミュージカル♪「ようかい体操第一」☆スタッフが役になりきり、みんなで踊り盛り上がりました。

ボランティアさんからは心のこもったクリスマスカードとプレゼントをいただきました。また、トナカイに乗ってやってきたサンタさんからも、素敵なプレゼント!こどもたちは大喜びでした。

こどもたちの笑顔に…メリークリスマス!!





# 一品料理で満足感アップ

## 減塩料理編

### れんこん饅頭 ～和風あんかけ～

#### 栄養量 (1人分)

エネルギー	183kcal
たんぱく質	2.7g
脂質	7.6g
炭水化物	27.3g
食塩相当量	0.6g

和食といえば塩や醤油を使った調理が多く、塩分が高いというイメージをお持ちの方もいらっしゃるのではないのでしょうか?そのような和食も工夫次第で塩分を抑えることができます。

今回は、れんこんの食感がアクセントのれんこん饅頭をご紹介します。柑橘類であるゆずを使用することで、爽やかな香りが感じられ、少ない塩分でもおいしくいただけます♪



※写真のお皿は21cm×21cm、盛り付けは2人分です。



## 作り方



### 材料(2人分)

れんこん……………200g  
 片栗粉……………10g(大さじ1強)  
 片栗粉(衣)……………適量  
 揚げ油……………適量

#### <和風あん>

出汁(3で使用)……………100ml  
 薄口醤油……………2.5ml(小さじ1/2)  
 みりん……………3ml(小さじ2/3)  
 塩……………0.5g  
 片栗粉……………3g(小さじ1)  
 出汁(4で使用)……………5ml(小さじ1)

#### <飾り>

ゆず皮(千切り)……………好みの量

#### <添え>

ほうれん草……………好みの量

計量の単位は大さじ1=15ml 小さじ1=5ml

- れんこんの皮をむき、半分の100gをすりおろし、残りの100gをみじん切りにする。
- 1のれんこんと片栗粉を混ぜ合わせ4等分にして丸める。
- 出汁、薄口醤油、みりんを火にかけ塩で味を整える。
- 3の火を止めて出汁で溶いた片栗粉を入れ、馴染んだらもう一度火にかけてとろみをつける。
- 2の丸めたれんこん全体に片栗粉を付け約160℃の油で揚げる。
- 色が付き始めたら、油からあげて器に盛り付ける。
- 上からあんをかけてゆず皮を飾る。お好みで茹でたほうれん草を添える。

## ここがポイント



- れんこんのみじん切りは大きめにするとシャキシャキとした食感がより感じられます。れんこんは炭水化物を多く含む食品です。血糖値が気になる方は主食の量を調整して召し上がって下さい。
- ラップを使って饅頭を丸め、レンジで加熱すると、揚げる場合よりエネルギーが30～40%カットされます。
- お好みでゆず皮を三つ葉にかえてもいいですよ。ほうれん草を添えると彩りも良くなりますね。(写真はほうれん草を添えています)

メニュー考案:エームサーピス(株) 平野 智昭、編集:栄養管理部 芝 唯

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。お気軽に医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

●栄養相談に関する問い合わせ先●

栄養管理部 ☎078-382-6820 (直通)  
 受付時間 平日8:30～17:15

## 放射線科

放射線科の仕事には画像診断と、画像を利用して治療を行うIVR（インターベンショナルラジオロジー）、放射線を使ってがんを治療する放射線治療があります。神戸大学では画像診断とIVRは放射線科、放射線治療は放射線腫瘍科が担当していますので、今回は画像診断とIVRについてご紹介します。

画像診断とはCTやMRIなどの画像を見て、病気が何であるのかを診断することです。ですので、患者さんが画像検査を受けられた時には、放射線科の医師がその画像を詳しく観察して診断結果を主治医に報告しています。患者さんを直接診察させていただくことはあまりありませんが、画像診断を通して全科の診療を裏から支えており、欧米で

は「Doctor's doctor (医者のための医者)」と呼ばれたりもします。

IVRは日本語では「画像下治療」といい、画像を見ながら体内に細い管（カテーテルや針）を入れて病気を治す治療です。外科手術と比べて身体への負担が少なく病気の場所だけを治療できるなど優れた面があります。がんを栄養している血管から薬を入れる、狭くなった動脈を広げるなどの血管の中からの治療や、骨折した骨に針を刺してセメントを注入して固める治療など様々な治療があります。

患者さんにとっては少しなじみのうすい科ではありますが、質の高い医療が提供できるように毎日頑張っています。



### 「くすのきファミリー」グッズ 絶賛好評発売中!!

- クリアフォルダー 販売価格:120円(税込)
  - ノック式黒ボールペン 販売価格:120円(税込)
  - 3色ボールペン 販売価格:200円(税込)
- お求めはドラッグストア慈恵(ファミリーマート内)まで

★ 営業時間★ 平日…AM7:30~PM5:00 / 土日祝…休み



くすのきなな姫 くーちゃん くすのきまーくん



院外処方箋の使用期限は  
発行日を含めて**4日間**です。



病院敷地内  
**禁煙**にご協力を



忘れ物、落とし物は、1階  
受付6番窓口でお預かり  
しています。内線3075