



MY HOME DOCTOR

住みかた



散歩道

桧原桜

「花あわれ せめてはあと二旬 ついの開花を許し給え」
 昭和59年3月 福岡市南区の桧原にある樹齢50年のソメイヨシノ9本が、「道路拡幅工事」により伐採の危機に。一人の住民が桜に下げた「命乞いの色紙」が様々な方々の心を動かし、伐採を免れたそうです。守ってくれてありがとうと桜の声が聞こえてきてますね。



健康 随筆

七十歳を過ぎたら私はヒロイン

ながの 長野 加代子



高校を卒業して半世紀、この四月で古希を迎えます。七十歳を過ぎたら私はヒロイン、ドラマの主人公を演じるつもりで、誰にも気を使わずラストシーンをめざし、毎日を好きに楽しく生きるから！と家族に宣言しました。「え、もう十分好きに生きていと思うけど？まだ足りないの？」運転できない娘と孫が口を揃えて大笑いしています。朝荷物が多そうだから送っていくよ？雨だから送ろうか？こんなに甘やかしているのかと自問自答しつつも、彼らに余計な口出しをしてはいけないと遠慮しながら毎日過ごしているというのに…

三十歳そこそこで九州市民大学の運営の手伝いを始めて三十有余年。市民大学は、企画、運営などすべてボランティアで運営されている生涯学習のための非営利組織です。この間、延べ十一万人以上の受講生をお迎えしました。九十代の受講生を筆頭に多くの方は様々なジャンルの講師による毎月の講演会を休むことなく毎年通われています。受講生同士の親睦のための研修ツアーも、日帰り、一泊など五十回以上行いました。個人的な旅行に行っても目線は常に受講生。喜んでくださる内容かどうか、安全に行けるか、無理はないかなどチェックしながら見て回るのが身に付いたようです。

生涯学習を実践して当大学で学ばれている人生の先輩方のキラキラした姿をお手本に生きてきた私ですが、そんな風に学ぶことを生きがいにするまで続けていけるだろうか？孫や子どもの「ありがとう」という笑顔をスパイスに、とりあえずは九十歳を目指して生きていきます。

(九州市民大学理事・運営委員)

西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される納得と安心の医療・介護・福祉の提供を目指します。

は、アルコール性(35.4%)、C型肝炎(23.4%)、非アルコール性脂肪性肝炎(14.6%)、B型肝炎(8.1%)と、ウイルス肝炎が原因の肝硬変は約3割までに減少し、アルコールや非アルコール性脂肪性肝炎が増加しています。

奈良宣言

このように肝臓病の原因となる環境要因の変化 (i.e.ウイルスから過食・肥満へ) を考慮して、日本肝臓学会では2023年にSTOP CLD 30 という奈良宣言を採択しました。これは、ALT>30以上の人を早期発見して、肝炎・肝硬変に進行する患者さんを減らそうという予防医学的な国家的取り組みです。中でも、過食、運動不足などにより肝臓に中性脂肪が沈着し、沈着した脂肪が原因となって慢性肝炎、肝硬変に進行する非アルコール性脂肪肝・脂肪性肝

炎(図2)の早期診断と治療への効果が期待されています。

自己免疫性肝疾患

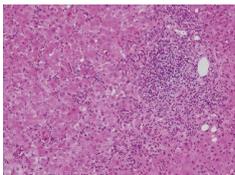
自己免疫疾患とは、本来は体内に侵入した異物(ウイルス、細菌、寄生虫など)を攻撃して排除するためのリンパ球が、誤って自己の成分を攻撃することによって発症する病気のことです。関節リウマチ、橋本病、全身性エリテマトーデスなどが良く知られています。肝臓の病気の中にも、これらの自己免疫疾患と同様の機序で、誤って自分の肝臓を攻撃して病気が発症することがあります。肝細胞が攻撃されれば“自己免疫性肝炎”(図3)に、胆管細胞が攻撃されれば“原発性胆汁性胆管炎”(図4)となります。いずれの病気も、診断が遅れたり治療が不十分ですと、肝硬変(図1)となり肝移植以外には救命方法がなくなります。因みに、日本における肝移植の原疾患は、2022年の日本肝移植学会の報告によると、C型肝炎ウイルス肝硬変26%、原発性胆汁性胆管炎 14%、B型肝炎ウイルス肝硬変12%、アルコール性肝硬変9%、非アルコール性脂肪性肝硬変4%と、自己免疫性肝疾患も少なからず含まれています。

病気の遺伝要因

最後に、私たちが長年研究しています原発性胆汁性胆管炎を例にして、病気の発症に関わっている遺伝要因についてお話しします。最近の遺伝子解析技術の進歩により、病気の人と病気でない健康な人の遺伝子型を網羅的に比較することにより、病気の発症に関わっている遺伝子型(i.e. 疾患感受性遺伝子)を調べることができるようになりました。この方法を用いて、世界の1万人以上の原発性胆汁性胆管炎患者さんの遺伝子解析を行い、疾患感受性遺伝子を70か所以上みつけています。現在、これらの遺伝子が、どのような機序で病気の罹りやすさに影響しているかを調べているところです。またの機会がありましたらお話をさせていただきたく思います。どうぞご期待ください。

図3 自己免疫性肝炎

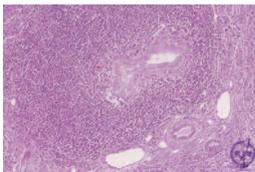
リンパ球が肝細胞を攻撃



中年以降の女性
肝細胞障害 AST↑ ALT↑
抗核抗体 IgG↑
慢性甲状腺炎
シェーグレン症候群 などの合併
関節リウマチ
ステロイドが著効

図4 原発性胆汁性胆管炎

リンパ球が胆管細胞を攻撃



中年以降の女性
胆管障害 ALP↑ γ-GT↑
抗ミトコンドリア抗体 IgM↑
無症候性PBC
↓
症候性PBC
10% ↓ 皮膚掻痒感 関節炎 胆管炎
肝不全

福岡と大分の県境に位置する犬ヶ岳(1130m)。東西に延びる尾根に国指定天然記念物のシヤクナゲ(ツクシシヤクナゲ)群落がある。

東九州自動車道の「豊前」ICから車で県道32号を南西へ。求菩提山の駐車場①の先にある犬ヶ岳の駐車場②に止める。標高は400m。すぐそばの「犬ヶ岳登山口」から谷沿いを上る。船石を過ぎると30分程で車道終点となる。さらに上って行



ツクシシヤクナゲの群生

犬ヶ岳のシヤクナゲ

ふくおかの自然探訪

体験活動協会 FEA 理事長 谷 正之

自己免疫性肝疾患の診断と治療

医療法人 西福岡病院

内科医師 中村 稔

はじめに

近年、肝炎ウイルスの感染対策と治療法の進歩により、慢性ウイルス性肝疾患（B型慢性肝炎、C型肝炎）の患者さんは減少してきましたが、脂肪肝や脂肪性肝炎、アルコール性肝障害、などの生活習慣病の一環として発症する非ウイルス性の肝疾患の患者さんは増加しています。また、ウイルスや生活習慣が原因ではなく、自己免疫的機序が原因で中年以降の女性に好発する自己免疫性肝疾患（i.e.自己免疫性肝炎、原発性胆汁性胆管炎）も増加傾向にあります。これらの非ウイルス性肝疾患も診断が遅れると肝硬変、黄疸、肝不全へと進行し、肝移植以外には治療法がなくなりますので、早期診断と早期治療開始が重要です（図1）。

肝臓の役割

肝臓は、成人では重量1.0-1.5Kgの体の中では最も大きな臓器で、右横隔膜に接して右胸郭の中に位置しています。血流が豊富で、肝動脈と門脈（腸で吸収されたものを肝臓に運ぶ大きな静脈）の2本が流入しているのが他の臓器とは異なる特徴です。門脈中に含まれる豊富な栄養素を原料として、糖質、脂質、タンパクの合成、貯蔵、分解をしたり、腸内から流入する細菌や有害物質の除去（フィルター機能）、体内でできた毒素や老廃物の分解、排泄など、人体にとって極めて重要な化学工場の役割を担っています。

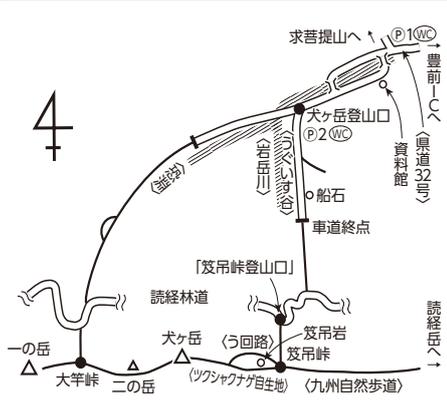
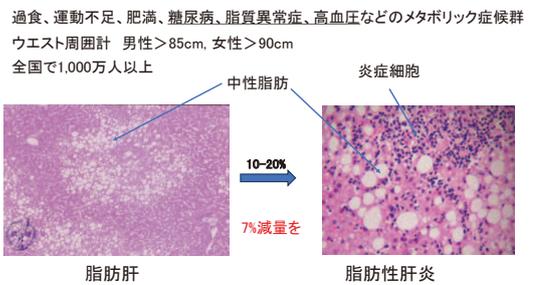
肝臓病の血液マーカー

肝臓は、肝細胞と胆管細胞、血管内皮細胞、貪食細胞など多数の種類細胞から構成されていますが、AST, ALTといった酵素は肝細胞の中に豊富に存在し、肝細胞障害の鋭敏な血清マーカーとなります。ALPやg-GTは胆管細胞に存在し胆管細胞障害の有用な血清マーカーとなります。また、原因には関係なく、肝細胞や胆管細胞の障害や炎症が持続すると、線維化が進行し肝硬変となります。肝硬変が進行して肝臓の機能が低下すると、低アルブミン血症、腹水や浮腫、黄疸、出血傾向、肝性脳症などの様々な肝不全の症状が出現します（図1）。肝硬変の原因は、2007年には、C型肝炎(58.6%)、アルコール性(13.7%)、B型肝炎(13.6%)、非アルコール性脂肪性肝炎(2.0%)とウイルス肝炎が7割以上を占めていましたが、2018-2021年に

図1 肝臓の肉眼所見



図2 非アルコール性脂肪肝・脂肪性肝炎



場所 豊前市、大分県中津市
一口メモ 本格的な山歩きをするので、登山に適した服装と装備が必要となる。

ここから恐淵の方へ周回できるが足元は良くない。上ってきた道を引き返すのが無難。
この先シャクナゲが群生する尾根道となる。う回路を進み、少し急坂を上り詰めると犬ヶ岳に到着する。展望は得られない。
この先シャクナゲが群生する尾根道となる。う回路を進み、少し急坂を上り詰めると犬ヶ岳に到着する。展望は得られない。
き経読林道との分岐を右折すると約40分で「笈吊峠登山口」に着く。やがて溪流から離れ25分位で笈吊峠に辿り着く。
この先シャクナゲが群生する尾根道となる。う回路を進み、少し急坂を上り詰めると犬ヶ岳に到着する。展望は得られない。

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

人権コンサート

さわやかな風をおくるコンサート

日時 4月16日(水) 13:30~15:00

場所: 西陵公民館 講堂
対象: どなたでも
演奏者: ボーカルユニット foo (ギターと歌)

定員: 30名 (予約先着定員になり次第締切)

申込先: 西陵公民館 (☎891-6342)

シネマせりょう

「最高の人生の見つけ方」

日時 4月23日(水)13:30~15:00

アメリカの名優ジャック・ニコルソンとモーガン・フリーマンがW主演し、当時、全米1位になった映画。余命6ヶ月を宣告された2人の男が、死ぬ前にやり残したことを実現するために共に冒険に出るハートフル・ストーリー。

場所: 西陵公民館 講堂
定員: 予約先着30名



健康講話

《テーマ》高額療養費制度と医療費控除について



とき 令和7年4月26日(土) 午前10時~11時

場所 医療法人西福岡病院 本館3階会議室

講師 医療法人西福岡病院 看護師・ファイナンシャルプランナー 倍本 恵美子

会費 無料 <<予約は不要です>>

お問い合わせ先 医療法人 西福岡病院 総務課 ☎0570-091-331(代表)

外来診察表

診療科目	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	
内科	中村/山本	中村	中村		中村							中村(1・3) 高野(2・4)
呼吸器内科	原田	原田(15時まで)	高野	高野	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	渡辺	渡部	渡辺(1・3・5)	
呼吸器内科 睡眠時無呼吸					石津(2・4)	和田		高野	高野	石津		
消化器内科			安藤(文)(予約制)	宮本	宮本		安藤(文)(予約制)	宮本		國武	國武	
循環器内科	大園	松尾	松尾	松尾	松尾	大園	松尾	小牧	松尾	大園		
糖尿病内科	下田		井野	下田		下田	下田		井野			
脳神経内科	緒方				入江		宮崎					
呼吸器外科							諸岡	諸岡	古賀	古賀		
外科			非常勤		中垣		中垣					
整形外科	高比良		高比良			高比良	高比良		江崎	江崎	小田(※1)	
泌尿器科		非常勤		非常勤				非常勤				
皮膚科	寺脇		寺脇		寺脇		寺脇		寺脇			
眼科	川村						小柳		安武			
耳鼻咽喉科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤			
婦人科	安藤/坂井	安藤/坂井	坂井	坂井	安藤/坂井	安藤	安藤/坂井	安藤/坂井	安藤/坂井	安藤/坂井	安藤	
緩和ケア内科	森永		友岡		森永				森永			
腫瘍内科												
禁煙外来				國武(予約制)								
リハビリテーション科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。 ※1 整形外科の土曜診療は、第1のみになります。
※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎0570-091-331までおたずね下さい。(一覧表もごさいませう。)

診療時間・受付時間

※診療科によって曜日、診療時間、受付時間が異なります。上記の診療案内と照らし合わせながらご確認ください。
※耳鼻咽喉科・皮膚科・整形外科は小児も診察可能です。事前にお電話にてご相談下さい。 ※1 整形外科の土曜診療は、第1のみになります。

診療科目	診療時間 ()内は受付時間		
	平日(月~金)		土
	午前	午後	午前
内科/呼吸器内科/外科/整形※1	9:00~12:00(8:30~11:30)	13:00~17:00(12:30~16:30)	9:00~12:30(8:30~12:00)
消化器/循環器/糖尿病/呼外/緩和ケア/腫瘍	9:00~12:00(8:30~11:30)	13:00~17:00(12:30~16:30)	—
脳神経内科	*月) 9:30~12:00(8:30~11:30)	—	—
	9:00~12:00(8:30~10:40)	—	—
泌尿器科	—	13:30~17:00(13:00~16:00)	—
皮膚科	9:00~12:00(8:30~11:30)	—	—
眼科	10:00~12:00(8:30~11:30)	—	—
耳鼻咽喉科	9:00~12:00(8:30~11:00)	—	—
婦人科	9:00~12:00(8:30~11:30)	13:00~17:00(12:30~16:30)	9:00~12:00(9:00~11:30)
禁煙外来	—	予約制	—

ナビダイヤル開始のお知らせ

お取次ぎの混雑緩和のため、当院へのお電話は下記のナビダイヤル番号にお掛け頂きますようお願い致します。

●発行 医療法人 **西福岡病院** 〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎0570-091-331・FAX 092-881-1333
(事業所個別番号) http://www.nishifukuhp.or.jp

広報誌『生きがい』の配付が不要な場合は配付を中止しますので、住所・電話番号をお知らせいただきますようお願い致します。