



亜鉛と肝疾患

副院長 兼 消化器・肝臓病センター長
宇都 浩文

亜鉛とは

亜鉛は必須微量元素の一つで、味覚を正常に保つ役割を持ち、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。体の中に約2g存在し、主として骨、肝臓、腎臓、筋肉に分布します。不足すると味覚異常、口内炎、皮膚炎、脱毛、貧血、男性性機能異常、易感染性、骨粗しょう症などを発症する可能性があります。

亜鉛の働き

亜鉛は新陳代謝などに必要な300種類以上の酵素の活性化に欠かせない成分で、たんぱく質の合成や遺伝子情報を伝えるDNAの転写に関わっています。細胞の再生が活発なところでは亜鉛が特に必要とされ、①味覚の維持、②皮膚代謝、③生殖機能、④骨格の発育、などに関係しています。

亜鉛を多く含む食品

魚介類に多く含まれており、カキ(牡蠣)やうなぎは亜鉛の含有量が多い食品です。その他、肉類や藻類にも多く含まれています。

サプリメントで多く摂り過ぎることには注意が必要

亜鉛が不足すると味覚障害を発症します。また、高齢者では、亜鉛不足により褥瘡(床ずれ)の回復が遅れたり、免疫力が低下したりするといわれています。一方、通常の食生活では摂り過ぎの心配はほとんどありませんが、サプリメントなどで誤って摂り過ぎた場合は、注意が必要です。同じミネラルである銅の吸収を亜鉛が阻害して銅

肝疾患と亜鉛欠乏の関係は

肝硬変、糖尿病、炎症性腸疾患、慢性腎臓病などの患者さんでは、血清亜鉛値が低下しやすいことが知られています。肝硬変患者さんでは、肝硬変に伴う門脈圧亢進症による肝-腸管循環動態の異常により小腸粘膜が萎縮し、亜鉛をはじめ様々な栄養素の吸収不良を生じます。また、肝硬変の合併症である浮腫・腹水に対して利尿剤を使用した際には、亜鉛の尿中排泄を増加させ、亜鉛欠乏を悪化させることがあります。その他、血清亜鉛値は、C型慢性肝疾患の病状進行に伴って徐々に低下すること、肝硬変患者さんの中でも病状が進行した患者さんほど亜鉛欠乏を合併している頻度が高いこと、肝癌やアルコール依存性をもつ肝疾患患者さんでは血清亜鉛値が非常に低下していること、などが報告されています。(次ページへ続く)

理 念

○私たちは、自分が受けた医療・看護・介護を提供します。

基 本 方 針

- ・患者さまの権利と尊厳を大切に、心のこもった医療・看護・介護を提供します。
- ・根拠に基づいた説明のできる医療・看護・介護を実践します。
- ・全職種による安全で質の高いチーム医療を行います。
- ・急性期から在宅医療までを繋ぐ医療・看護・介護を提供します。
- ・地域連携に努め、地域包括ケアシステムの発展に貢献します。

宮崎医療センター病院

四季

題字 理事長自筆

春号

2022年 4月12日発行



宮崎医療センター病院
宮崎市高松町2-16
TEL:0985-26-2800
FAX:0985-27-6811



★緩和ケア病棟★

緩和ケア病棟では毎月1回、レクリエーションを行っています。写真は1月～3月に行ったレクリエーションの様子です。私たちはがんの終末期患者さまとそのご家族に対し、多職種協働で質の高い緩和ケアを目指して行きます。

★1月 書初め★



1月には書初めを行いました。皆さま新年の挨拶や今年の目標や抱負など、思い思いの言葉を書かれました。

書初めには院長も参加し、筆を執りました。

★2月 節分★



2月の節分には、お部屋に鬼(?)がやってきました。

★3月 ひな祭り★



3月はひな祭りを行いました。談話室にひな人形を飾り、皆さまで歌を歌ったり、ひな祭りのおやつを食べたりしました。

宮崎市長選挙 期日前・不在者投票

令和4年1月23日(日)宮崎市長選挙が行われました。当院は期日前投票の指定病院となっており、期間中に入院されている患者さまは、当院内にて投票することができます。今回は1月19日(水)に期日前投票を行いました。

精神科標榜のお知らせ

2022年3月1日より精神科を標榜いたしました。外来診療につきましては、当院のホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。



患者様の権利

- ・患者様は、良質な医療サービスを平等に受ける権利があります。
- ・患者様は、人格・意思が尊重され、人間としての尊厳を守られる権利があります。
- ・患者様は、自分自身の診療に関する情報の提供を受ける権利があります。また、他の医療機関の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利があります。
- ・患者様は、医療従事者から説明を受けた後に、提案された診療計画などを決定する権利があります。
- ・患者様は、プライバシーを尊重される権利があります。

【患者の皆様へのお願い】

良質な医療を実現するために、医師をはじめとする医療提供者に対し、ご自身の健康に関する情報をできるだけ正確に提供して下さいようお願い致します。

宮崎医療センター病院

★栄養科行事食紹介★

栄養科では季節に合った食事を提供しています。2月は節分、3月はひな祭りがありました。ちらし寿司や季節の果物(日向夏・いちご)、すまし汁の具は桜の花びらの形にして、患者様に春の訪れを感じていただくような献立にしました。また、緩和ケアでは、1月中旬にやわらかいお餅、2月は甘納豆のゼリーを提供して、毎月の行事に合わせて、食欲のない方や飲み込みが難しい方にも食べていただけるように、工夫しています。今後も患者様に喜んでいただけるような食事を提供できるよう、力を入れて取り組んでいきます。



★通所リハビリ作品介绍★

通所リハビリでは、月ごとに花紙等で利用者様と一緒に作品を作っています。写真は3月の作品です。作品は通所リハビリ室内に飾られています。



通所リハビリテーション事業所では、要支援1から 要介護5の認定を受けられた方々が利用しています。興味のある方は近くの地域包括支援センター、または担当ケアマネージャーにご相談ください。

★新入職者・中途入職者集合研修★

2022年4月1日(金)に新入職者・中途入職者集合教育研修を実施しました。参加者は31名で、そのうち18名が新卒者でした。研修内容は、宮崎医療センター病院で勤務するために必要な基本事項・医療安全・防災保管理・接遇マナー等について実施しました。病院長からは医療人または社会人としての基本や心構えについて、訓示がありました。入職された皆様の今後の活躍を期待しています。



亜鉛欠乏症の診断指針

亜鉛欠乏症は、亜鉛欠乏の臨床症状と血清亜鉛値によって診断されます(表1参照)。亜鉛欠乏症の症状があり、血清亜鉛値が亜鉛欠乏または潜在性亜鉛欠乏であれば、亜鉛を投与して、症状の改善を確認することが推奨されています。

亜鉛欠乏症に対する薬物療法

亜鉛製剤としてポラプレジンク(プロマック®)と酢酸亜鉛(ノベルジン®)が知られていますが、ポラプレジンクは胃潰瘍のみが保険適応です。一方、酢酸亜鉛は、以前はWilson病のみが保険適応でしたが、2017年3月に「低亜鉛血症」の疾患名で処方可能になり、亜鉛補充療法が保険診療で行えるようになりました。

亜鉛を補充することで、味覚異常、口内炎、皮膚炎、脱毛、貧血、男性性機能異常、などが改善する可能性があります。また、肝硬変患者さんにおいては、亜鉛補充療法が肝性脳症の誘因である高アンモニア血症や肝性脳症の改善に役立つ可能性があるとして報告されています。

表1. 亜鉛欠乏症の診断基準

1. 下記の症状/検査所見のうち1項目以上を満たす

- 1) 臨床症状・所見； 皮膚炎、口内炎、脱毛症、褥瘡(難治性)、食欲低下、発育障害(小児で体重増加不良、低身長)、性腺機能不全、易感染性、味覚障害、貧血、不妊症
- 2) 検査所見 血清アルカリホスファターゼ(ALP) 低値

2. 上記症状の原因となる他の疾患が否定される

3. 血清亜鉛値 3-1: 60µg/dL 未満: 亜鉛欠乏症

3-2: 60 ~ 80µg/dL 未満: 潜在性亜鉛欠乏

血清亜鉛は、早朝空腹時に測定することが望ましい

4. 亜鉛を補充することにより症状が改善する

Definite(確定診断):

上記項目の1、2、3-1、4をすべて満たす場合を亜鉛欠乏症と診断する。

上記項目の1、2、3-2、4をすべて満たす場合を潜在性亜鉛欠乏症と診断する。

Probable: 亜鉛補充前に1、2、3をみたまもの。亜鉛補充の適応になる。

参考資料

- ①亜鉛欠乏症の診療指針2018(編集:一般社団法人 日本臨床栄養学会): <http://jscn.gr.jp/pdf/aen2018.pdf>
- ②グリコ栄養成分百科: <https://www.glico.co.jp/navi/dic/index.html>
- ③ノーベルファーマ株式会社ホームページ(一般・患者の皆さま向けの項目): <https://www.nobelpharma.co.jp/general/lowzinc/>



肝臓内科初診が予約制になりました

肝臓内科では、令和4年4月1日より外来の初診予約を開始いたしました。今後、当科の受診を希望される方は、事前にお電話でのご予約をお願いいたします。

【対象となる方】当科を初めて受診する方及び定期的に受診をされていない方

【電話番号】0985-26-2800

【予約受付時間】月~金(※祝日を除く)13時00分~17時00分

- * ご希望の医師や日にちにご相談ください。
- 但し、予約状況によって希望に添えないこともございます。ご了承ください。
- * 診察日は絶食での来院をお願いいたします。飲水は可能です。
- * 紹介状をお持ちの方は当日ご持参ください。
- * 予約外で来院された場合は、予約優先となりますので、診察までにお時間を頂くことがあります。また、状況によって予約外の受付をお断りする場合がございますので、予めご了承ください。

