

あなたの主治医の役割

【かかりつけ医では】

肝がんの治療が終了し、がん診療連携拠点病院を退院された後は、地域のかかりつけ医の先生に平素は診療していただきます。

主に、

1. 1ヶ月毎の肝炎の血液検査を行います。
2. 肝炎治療薬を含めたお薬の処方を行います。
3. 肝炎治療の注射が必要な時は、その注射を打ちます。
4. 腹水やむくみが出てきた時の相談に応じます。
5. 風邪を引いたりして、熱が出たときの診察と治療などを行います。
6. 必要に応じて、がん診療連携拠点病院に連絡をとり診療方針を決めます。

【市立旭川病院では】

原則として3ヶ月毎に通院していただき、検査と診察を受けていただきます。

検査としては、血液検査と腹部超音波検査（または腹部 CT 検査、腹部 MRI 検査）を3ヶ月毎に受けていただきます。その結果は、毎回、かかりつけ医に報告いたします。

肝がんの再発が疑われた場合は入院していただきます。また肝性脳症（意識がおかしくなる）や難治性の腹水が出現したときも入院していただきます。

退院後の日常生活について

【安静と運動】

過去には安静が強調されてきましたが、適度な運動が必要です。

適度な運動とは、1日30分程度の散歩で、毎日、続けることが大切です。ただし、腹水・黄疸・肝性脳症（意識が混濁する）があるときや、AST（GOT）、ALT（GPT）が高いとき（200以上）は安静が必要です。

【食事】

穀物を中心に野菜を多くとってください。脂肪はとりすぎないようにしてください。タンパク質は動物性（肉など）よりも植物性（大豆・豆腐など）のものを多くとってください。食後1時間は安静にしてください。

肝性脳症を起こしたことがある人はタンパク質（特に肉類）のとりすぎに注意してください。腹水の溜まったことのある人は塩分を控えてください。

【アルコール】

基本的に肝臓の悪い人は飲酒できません。

【風呂】

熱い風呂・長風呂は避けてください。食後1時間は入浴を避けてください。

【旅行】

腹水・黄疸・肝性脳症がなければ可能です。ただし、無理のないスケジュールで旅行してください。

【肝炎ウイルス感染予防】

出血時の血液付着物の処理は自分でしてください。かみそり・歯ブラシなどは共用しないようにしてください。

乳幼児との接触は特に問題はありませんが、食べ物の口移しはしないようにしてください。

【医療費助成制度】

北海道ではウイルス性肝炎進行防止対策として、ウイルス性肝炎（B型・C型）、慢性肝炎、肝硬変、ヘパトームを対象に医療費の助成を行っています。

また、自己免疫性肝炎および原発性硬化性胆肝炎についても特定疾患治療研究事業で医療費の助成を行っています。いずれも手続きが必要ですので、医事相談窓口にご相談ください。

各部署・担当のご案内

【がん相談支援センター】

診断や治療に関する相談，がんに対する不安や悩み，がん治療やセカンドオピニオン，緩和ケアなどに関する相談をお受けしております。予約制ではありませんので，直接お電話，またはがん相談支援センターにお越しください。（場所：外来棟1階 医療相談室 電話0166-24-3181 内線 5372）

【医事相談窓口】

社会福祉制度の事務手続きや医療費助成を受けるための事務手続きに関する相談をお受けしております。（場所：外来棟1階 医療相談室 電話 0166-24-3181 内線5302）

【医療福祉に関する相談窓口】

退院後の療養に関する相談や転院・施設入所に関する相談，社会福祉制度の利用に関する相談などをお受けしております。

（場所：外来棟1階 医療相談室 電話 0166-24-3181 内線5302）

【在宅療養に関する看護相談窓口】

退院後に傷やくだの手当てが必要，食事や生活の管理についての相談，訪問看護を利用したいなどの相談をお受けしております。がん相談支援センターか病棟，または外来看護師にお申出ください。