

肝Co こんな活動も

理学療法士さん



全国の肝炎医療コーディネーター（肝 Co）から集めた肝 Co 活動。
予防からフォローアップまで、ステップごとにまとめました。
普段使いに、また、活動のステップアップにご利用ください。

● は、患者さんとその家族へ向けてできること
(対象が患者さんとその家族)

予防

肝がん肝硬変予防のため
肝炎の正しい知識を
多くの方に普及する

共通の
活動

- 自分の家族や知り合いなど身近な人に、分かりやすい言葉で正しい肝炎の知識（感染経路、感染対策など）を伝える。
- 肝臓病教室や市民公開講座の開催、参加をする。（全国民へ肝炎について正しい知識を普及する機会を設ける。）
- 肝疾患相談窓口（肝疾患診療連携拠点病院・肝疾患専門医療機関）の案内をする。
- 患者さんから相談された時に、専門外のことも、肝 Co 仲間に相談し解決する方法を探る。
- 患者さんの気持ちを傾聴する。
- 奈良宣言のリーフレットを渡す。
- 肝炎ウイルス検査の結果について確認する。
- 予防接種状況について確認する。
- 患者さんや職員に肝 Co の受講を勧める。仲間を増やす。（肝 Co の育成）
- 院内（または院外）で行われている「肝臓病教室」への参加を勧めて肝臓について学べる機会を案内する。
- 肝炎啓発のポスターを掲示する。（たとえば、C 型肝炎は特効薬があり副作用が少ないことや、治療費の助成制度が利用できることなど。）
- 肝 Co のバッジなどをつけて肝 Co の存在をアピールする。
- 世界肝炎デーなどの地域イベント・マルシェなどに参加し肝炎について啓発する。：声かけ、資材活用（ティッシュやうちわなどの配布、啓発マスクやピンバッジ着用など）
- 上司に肝 Co 活動（自分がどんな活動をしているのか等）について説明し理解を得る。
- 肝炎チームを結成、参加し、仲間を増やす。
- 院内の職員にむけ肝炎の知識、検査の必要性などを普及啓発する。
- 院内の医療安全や感染対策委員会などで、拠点病院と連携し受講必須の研修会を開催する。
- 肝 Co 活動報告を院内・院外で行う。地域での研修会、学会発表（活動報告、研究発表など）をする。
- 病院ホームページから情報を発信する。
- 職場で参加するイベントの際に、肝炎ウイルス検査受検推奨の内容を記載した T シャツや帽子を着用して参加する。
- 肝疾患診療連携拠点病院と各医療機関・行政が連携し啓発活動をする。
- 市町村、地下鉄駅、道の駅、薬局へポスター掲示、リーフレット設置を依頼する。
- 肝炎に必要な知識をアップデートする。（定期的な勉強会、研修会への参加）

理学療法士さん
だからこそ



- 院内の「肝臓病教室」で運動の方法について説明する。
- 地域の運動教室や、高齢者向けの健康教室などで運動の方法を伝える。
- 市民公開講座で「肝臓を守るための運動療法」について講演を行い、運動の重要性を広める。
- リハビリを実施する中で、肝疾患の方へサルコペニア予防の必要性を説明する。
- 運動の方法を患者さんに見やすいように掲示する。
- 肝疾患の方や SLD の方に運動を紹介する。

- 運動療法に来られた患者さんに、栄養士の話もしっかり聞きましょうと説明する。
- 外来に来られた肝疾患の患者さんに運動と栄養のパンフレットを渡す。
- 市民公開講座や肝臓病教室で「指輪っかテスト」「握力検査」を実施し、サルコペニアについて説明する。
- 肝疾患に対してのリハビリの必要性を、職員間でも共有する。
- リハビリ室に肝炎の啓発ポスターを貼る。

受検

肝炎ウイルス検査の 受検勧奨を行う

共通の 活動

- 患者さんの気持ちを傾聴する。
- 未受検者に肝炎ウイルス検査を勧める。
- 無料肝炎ウイルス検査の周知、手続き方法を説明する。
- 無料肝炎ウイルス検査ができる施設の案内をする。(検査実施施設の一覧表を作成、配布、掲示する)
- 院内イベントなどで無料肝炎ウイルス検査を実施する。
- 院外での啓発イベントで無料検査機関の周知をする。
- 肝炎ウイルス検査を受けられた方に検査結果が伝えられているか確認し、医師につなげる。その際、検査結果通知カードなどを渡す。
- 肝炎ウイルス検査は陰性でも陽性でも検査結果に関わらず通知しなければならないことを周知する。
- 受診者の付き添いの方にも肝炎ウイルス検査の受検を勧める。
- ウイルス性肝炎の患者家族に検査を勧めると同時にワクチンについても説明し接種を勧める。
- サルコペニア判定をする。
- 生活習慣病の方に健康診断や、腹部超音波検査を勧める。
- 術前検査での肝炎ウイルス検査結果説明の実施について主治医に情報提供し患者への結果説明と肝臓専門医への紹介につなげる。
 - 無料肝炎ウイルス検査の手続き方法が分かる人につなぐ。(職員への周知)
 - 受検勧奨のポスターを掲示する。
 - 職員に対し、患者さんへの受検勧奨を依頼する。
 - 肥満など生活習慣病をもっている患者さんに FIB-4index の検査値を伝える。
 - 受検勧奨資材の見直しをする。
 - 自分の担当の患者さんの受検歴を調べる。

理学療法士さん だからこそ



- 地域での運動教室にて、肝炎ウイルス検査を啓発する。
- リハビリ介入時に家族や同居の人の受検歴を聞き、未受検者には受検を勧める。
- 他の疾患でリハビリをされている患者さんでも、未受検者であれば肝炎ウイルス検査を勧める。
- リハビリテーション室に肝炎の受検のポスターを貼ったり、啓発のグッズを置く。
- リハビリ中の会話の中で、肝炎についてや検査が無料でできることをお伝えする。

受診

肝炎ウイルス検査 陽性者に肝臓専門医での 精密検査を勧める

共通の 活動

- 患者さんの気持ちを傾聴する。
- 症状がない肝炎患者に受診の必要性を説明する。(症状がない間にも進行しているのですので受診するように説明)
- 最新の治療方法について、患者さんに紹介し受診に対する心理的なハードルを下げる。
- 肝炎ウイルス検査が陽性の患者さんに、肝臓専門医がいる医療機関の受診を勧める。
- 肝炎の患者さんで未治療の方がいたら受診を勧める。
- C型肝炎で、過去にインターフェロンの治療をされ、完治していない患者さんに受診を勧める。
- インターフェロン後の副作用が不安で再治療拒否をされる方に対し、DAA治療は副作用が少ないことを伝える。
- 初回の精密検査費用の助成制度について説明、手続きをサポートする。
- 糖尿病の患者さんは肝がんのリスクが2倍とされているため腹部超音波検査をしていない場合は検査を勧めたり、Fib4-index測定し、脂肪肝との関係とハイリスクであることを説明する。
- 眼科や整形外科などの術前検査の際に、肝炎ウイルス検査が陽性の患者さんには、肝臓専門医がいる医療機関を勧める。
- 肝臓専門医がいる医療機関の一覧を作成し、周知する。
- 問診やカルテから、受検歴と肝炎ウイルス検査が陽性の患者さんの拾い上げを行う。

理学療法士さん だからこそ

- 高度肥満の患者さんや糖尿病の患者さんで腹部超音波検査を受けたことがない方には受診を勧める。
- 奈良宣言のポスターを貼り、ALT > 30の患者さんがいたら受診を勧める。

受療

肝炎の治療を 勧める

共通の 活動

- 患者さんの気持ちを傾聴する。
- 過去にインターフェロンなどの治療歴のある患者さんでウイルス排除されていない方に、再度治療を勧める。(医師の確認後)
- インターフェロンを行った患者さんのDAA治療に対する不安について傾聴する。
- 治療薬を飲み忘れないための方法を患者さんとともに考える。
- B型肝炎の患者さんに対しステロイドや免疫抑制剤、抗がん剤を使用する場合、B型肝炎の再活性化のチェックをする。
- 仕事と治療の両立で悩んでいる患者さんのサポートをする。(両立支援)
- 医療費助成制度の説明や相談に対応をする。
- ウイルス性肝炎の治療中から治療後も定期検査が必要であることを伝える。
- 入院、外来患者さんに、治療完遂までの継続の重要性を説明、サポートをする。
- 肝炎ウイルス治療において、副作用のほとんどない内服のみでできること、C型肝炎の治療はウイルス排除ができること、B型肝炎はウイルスの活動性を抑えることができることを伝える。

理学療法士さん だからこそ



- 筋肉と肝臓の関係について説明し運動の必要性を説明する。
- サルコペニア予防のための運動療法を実施する。
- リハビリスタッフから声かけを行うことで、より運動の必要性を理解していただく。
- 医師の診察後に運動療法を実施する。
- 運動に関する相談を患者さんが気軽にできる環境を作る。(院内の体制、連携を図る。)

- リハビリの目標を決め、達成できたことを見える化して患者さんの意欲向上を図る。
- 入院中の肝疾患患者さんに対する手術前、および術後早期のリハビリを実施する。
- 患者さんに応じたレジスタンストレーニングの指導や負荷量を、評価をしながら調整することで運動意欲向上を図り、運動継続につなげる。
- 個々に応じた運動プログラムの設定、具体的な指導、定期的な評価を行う。

フォローアップ

肝がんの早期発見のため
定期的な検査を勧める

共通の活動

- 肝炎ウイルス陽性歴のある患者さんに定期検査を必ず受けるよう説明する。(治療後の発がんリスクを実際の数値で示す。)
- 肝疾患の患者さんになぜ定期検査が必要であるかを説明する。
- 定期検査に来られてない患者さんに連絡する。
- 他の疾患で受診されている患者さんで過去に肝炎ウイルス治療歴のある患者さんの定期検査歴を確認する。
- アルコール依存症の患者さんや家族への対応、支援をする。
 - 市民公開講座などを開催し、定期検査の必要性を周知する。
 - 治療の初期段階から定期検査の必要性を説明する。
 - 定期検査費用の助成制度について説明する。(対象者)

理学療法士さん だからこそ



- リハビリの継続の必要性を説明する。
- 筋肉が落ちないように自宅での運動の方法を説明する。
- 運動を行った後、腰痛や関節痛が出ていないかチェックする。
- 患者さんが運動を継続できるよう、患者さんと一緒に方法を考える。(チェックリストを作成する、ながら運動をすすめる等)
- 運動を定期的に評価をすることで目標を明確にし、自宅での運動継続につなげる。
- 患者さんが運動を継続できたら一緒に喜ぶ。
- リハビリスタッフも Inbody 測定をする。