



## 看護部より

看護師鈴木です

今回は肝臓についてお話しします

私たちが食べたものは消化管から吸収された後、全て肝臓を経由します。



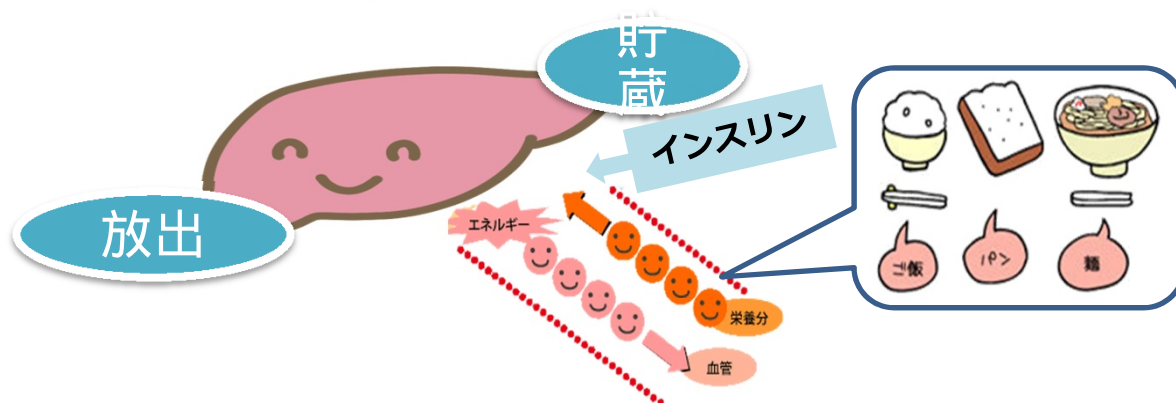
肝臓は栄養素を体が利用しやすいさまざまな形に変化させ、全身に送り込む重要な役割を担っています。

肝臓には食べたものを代謝・合成し、解毒・分解し、貯蔵するという三つの機能があります。

特にコレステロール、脂肪酸、中性脂肪などの脂質を合成、貯蔵、分解する脂質代謝の中心臓器です。

血糖をコントロールする上でも、肝臓にはとても重要な働きがあります。

肝臓を大切にすることは、糖尿病患者さんにとって大切な血糖コントロールに繋がります。



食べ物を食べて、血糖値が上がると、インスリンの働きで肝臓にブドウ糖を取り込んで貯蔵する  
血糖値が下がるとブドウ糖をエネルギーとして血管へ放出する

当院の検査結果での肝臓の数値は...?

項目名称	2017/ /	基準値範囲
血糖		70 ~ 109
ヘモグロビンA1c (NGSP)		4.6 ~ 6.2
GOT		0 ~ 29
GPT		0 ~ 32
アルカリフォスファターゼ		0 ~ 338
-GTP		0 ~ 73

肝機能が高いと、血糖コントロールも悪くなります。A1cだけでなく、肝機能にも興味をもちましょう

## 検査部より

臨床検査技師の宮本です

これから暑い夏の季節に入っていきます。

夏といえば汗をかく季節ですので脱水には注意していかなければなりません。

脱水により腎機能が悪化してしまう恐れがある為、水分（お茶や水）を2リットル飲むようにしましょう。

また、それ以上摂りすぎても逆効果になる事があるので注意しましょう。

尿の色が濃い（黄色がかった茶色）時は脱水のサインです。尿の色が濃いと感じたら水分を摂りましょう。



## 事務・庶務部より

事務の富山です。

当院の駐車場は、敷地内に4台、みどりの駐車場2に4台となっております。

身体障害者専用駐車場への駐車の際は車にマークを必ずご提示下さい。

身体障害者のマークを張っておられないお車につきましてはお車の移動をお願いすることがありますのであらかじめご了承下さい。

また、予約時間より早めの来院は駐車場の混雑となりますのでご遠慮下さい。

駐車券が変更となり、ご来院の際は必ず受付までご提出下さい。

また、7月より受付番号札・ファイルを使用します。

受付にて予約順に配布いたしますので、採血の際にスタッフへファイルをお渡し下さい。

診療終了後、会計にて番号札の回収を行います。必ずご返却下さい。



たきの内科クリニック駐車券	
予約時間	駐車場番号
時 分	番
入庫	出庫
時 分	時 分
※来院の際、受付へお渡しください。	
※薬局確認 <input type="checkbox"/> を記入	01 月 日

見本

## わが家のかんたん野菜料理

第3回は看護師 弥永の手軽に作れる野菜料理です。皆様もぜひお家で作ってみて下さい。

### 夏野菜のトマト煮

材料

・トマト ・玉ねぎ ・ピーマン ・ズッキーニ

・かぼちゃ ・にんにくみじん切り

作り方

用意した夏野菜を適当な大きさに切る

オリーブオイル、塩、コンソメを入れてレンジで7分温める

混ぜて、再度7分程加熱して出来上がり



### のりサラダ

材料

・レタス ・やきのり ・ダシ醤油 ・サラダ油

作り方

レタスにのりをちぎってのせる

サラダ油、しょうゆをかけて出来上がり



たきの内科クリニック

