

夏野菜と豚しゃぶの
ぶっかけそうめん

【1人分あたり】



495kcal



【材料】(2人分)

- そうめん(乾麺) 200g(50g×4束)
- 豚ロースしゃぶしゃぶ用 120g
(あらかじめ料理酒大さじ1を振っておく)
- 長なす 1/4本(80g)
- トマト 中1/2個(60g)
- パプリカ(黄色) 1/4個
- 小ねぎ 少々

夏の定番そうめん、
タンパク質やビタミンが
摂れるお手軽レシピです!



その他のIBD
レシピ動画はこちら

作り方

- ①そうめんは既定の時間まで茹で、ざるにあげ冷水でしめる。水気をきり冷蔵庫で冷やしておく。
- ②トマトは皮を湯むきして5mm幅のいちよう切りにする。小ねぎは小口切りにし、茹でて水気をきる。パプリカは半分に割って中の種を取り除き、ラップで包み電子レンジ500Wで3分加熱する。冷水にとり冷めたら皮を剥き、4cmの長さに細切りにする。なすは皮を剥いてラップに包み電子レンジ500Wで3分加熱する。縦に5cmの短冊切りにする。
- ③豚肉は茹でてざるに取り粗熱をとる。一口大にちぎり冷蔵庫で冷ます。
- ④器にそうめん、②、③の具材を盛り付ける。小ねぎを散らしめんつゆをかける

★めんつゆアレンジ★

1人分のめんつゆにレモン汁小さじ1を加えたり、梅干しを入れほぐしながら食べるのもお勧めです。酸味の成分であるビタミンCやクエン酸で、食欲増進・夏バテ予防にもなります。

IBD
LETTER

アイ・ビー・ディー・レター

vol. 52 2023.07

社会医療法人社団高野会
大腸肛門病センター高野病院
熊本市中央区大江3丁目2番55号
TEL.096-320-6500 FAX.096-320-6555
【監修】炎症性腸疾患センター長 高野正太

<http://www.takano-hospital.jp>



IBD料理教室 再開のお知らせ



令和5年 8月19日(土) 14:00~15:00

- 内容: エビカツバーガー
- 場所: 大腸肛門病センター高野病院
6階 ひだまり食堂
- 持ち物: エプロン、筆記用具
- 会費: 無料
- 対象: 炎症性腸疾患の方、及びそのご家族

参加方法

お電話にてお申し込みをお願いします。

申込先

大腸肛門病センター高野病院 栄養科
TEL 096-320-6533(平日9:00~17:00)

お知らせ

特定疾患受給者証の更新の時期が近づいています。
手続きをお忘れになりませぬようお願いいたします。

第78回日本大腸肛門病学会学術集会
におけるIBDの展望

副院長: 辻 順行



この度、第78回日本大腸肛門病学会学術集会の会長を拝命し、2023年11月10(金)、11日(土)の2日間に亘り、熊本市内の熊本城ホールにて第78回日本大腸肛門病学会学術集会を開催させていただきます。

本学術集会は、九州において過去7人の先生方により開催されており、1人目の先生は、第28回(1973年)久留米大学の脇坂順一先生が福岡で開催され、最近では第72回(2017年)福岡大学の松井敏幸先生が同じく福岡で開催されています。大腸肛門病センター高野病院では、第53回(1998年)の高野正博先生に続き25年ぶり2回目の開催となります。加えて伝統ある日本大腸肛門病学会学術集会の熊本での開催は初めてであり、本学術集会を熊本の地で開催できることに対して、関係する皆様から御礼申し上げます。

本学会の熊本での開催は、2016年の熊本の2回の大震災、2020年の7月人吉・球磨地域の豪雨災害、九州中に発生した豪雨災害で被災された方々と医療施設の復興支援の一助のための学術集会とも位置づけしており、大分県から大分大学外科学教室の猪股雅史先生、佐賀県から佐賀大学内科学教室の江崎幹宏先生、福岡県からくるめ病院の野明俊裕先生を副会長として迎え、one teamとなってall九州で、アフターコロナの新しい生活下での学術集会運営に貢献出来ればと考えています。

IBD に関しては、3人の副会長の中で佐賀大学内科学教室の江崎幹宏先生は、日本におけるIBDの中心の先生で、この関係上、今回の学会の主題テーマには「マルチオプション時代のIBD 診療における内科・外科連携」、「IBD 関連大腸腫瘍の診断と治療戦略」、「IBD 診療におけるtreat to targetを考える」、「クローン病による難治性痔瘻に対する治療マネジメント」の4つの主題テーマが含まれ、なんと内科の主題テーマ12題の内の1/3がIBD 関連となっています。IBD の診断、治療（主要病変の治療、癌化の治療、クローン病による難治性痔瘻の治療）、他科連携と幅広い見地からIBD の全てが2日間の学会で勉強できる内容となっています。

また、2日目の11月11日(土)には「災害からの復興」と題しまして、市民公開講座を熊本城ホールにて開催します。司会に熊本県出身の武田真一アナウンサー、演者に有識者や被災当事者、災害ボランティアの方をお迎えしディスカッションを行う予定です。申込方法等、詳細が決まりましたら院内掲示等でお知らせしますので、今しばらくお待ちください。市民公開講座への皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

第78回
日本大腸肛門病学会学術集会開催記念

市民公開講座

災害からの
復興

入場
無料

日時 11/11(土)14:30~16:30

場所 熊本城ホール メインホール
(熊本市中心区桜町3-40)

司会 武田 真一 (フリーアナウンサー)
演者 姜 尚中 (熊本県立劇場館長)
高村 公平 (球磨川流域豪雨災害ボランティア)
本田 顕子 (参議院議員)
奥本 克己 (熊本赤十字病院 救急救命センター)
服部 希世子 (県広域本部球磨地域振興局 保健福祉環境部)
松尾 雄三 (社会医療法人社団高野会 元理事)

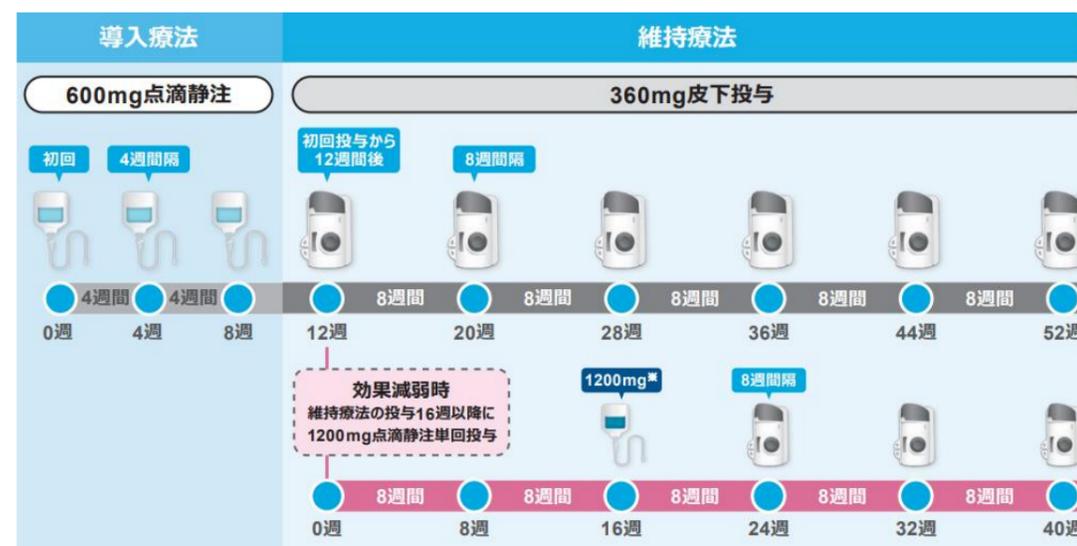


新たなクローン病治療の選択肢 -スキリージ®-

薬局:寺本 拓哉

2023年1月に、新たなクローン病の治療薬としてスキリージ®(リサンキズマブ)が発売され、3月より当院でも使用を開始しました。本剤はインフリキシマブBSやヒュミラ®などと同様に生物学的製剤に分類されます。IBDに用いられる生物学的製剤は、体内の炎症に関連する特定の生理活性物質のはたらきを阻害することで効果を発揮しますが、スキリージ®はそれらのうち、インターロイキン(以下IL)という物質を選択的に阻害する薬になります。

すでにクローン病、潰瘍性大腸炎の治療で使用されているステララ®(ウステキヌマブ)と類似した作用になりますが、ステララ®はIL-12とIL-23の2つを阻害するのに対し、スキリージ®はIL-23だけを選択的に阻害します。ILは炎症以外にも様々な作用に関与しているため、阻害するILを限定することで、過度な免疫力の低下などを防ぐことにもつながります。



スキリージ®は点滴製剤と皮下注製剤の2種類があります。はじめの3回は4週間毎に点滴(約2時間程度)を行い、4回目以降は8週間毎に皮下注(約5分程度)を続けます。途中で効果が弱まった場合は再度点滴製剤で治療を行う場合もあります。

オートドージャー

皮下注の際は、オートドージャーと呼ばれる器具を用い、お腹や太ももに張り付けて投与を行います。患者さん自身での投与はできないため、必ずご来院いただく必要があります。また、器具の誤作動を防ぐため、投与中はできるだけ安静にしてください。



オートドージャーのデモ機

主な副作用は、頭痛や疲労感、かぜ症状、注射部位の腫れなどがあります。また他の生物学的製剤と同様、肺炎などの感染症やアレルギー反応にも注意が必要であり、採血や問診などで体調を確認した後に投与を行います。ワクチン接種の際にも一部注意が必要となるため、接種が必要となった場合は事前にスタッフまでご相談ください。