

名古屋 I B D 会報

発行人：名古屋 I B D

mail: nagoyaibd2@yahoo.co.jp

URL : <http://nagoyaibd.g2.xrea.com/>

IBD (Inflammatory Bowel Disease=炎症性腸疾患)とは通常、潰瘍性大腸炎(Ulcerative Colitis)とクローン病(Crohn's Disease)のことをさしています。それぞれ大腸、または大腸及び小腸に認められる難治性の慢性の腸炎です。潰瘍性大腸炎(UC)とクローン病(CD)はともに、厚生労働省より難病に指定されています。

名古屋 IBD は、潰瘍性大腸炎とクローン病の患者と家族、医療関係者が病気と治療に関連することを一緒に学習し交流を深める会です。IBD に関心がある方ならどなたでも参加可能です。年 4 回の定例会を開催していますので、お誘い合わせのうえご出席ください。

<名古屋 IBD 定例会のご案内>

☆開催日程

2019年(H31) 4月6日(土) 2019年度定期総会／交流会
7月6日(土) 交流会 等
10月12日(土) 交流会 等
2020年(H32) 1月11日(土) 新春交流会 等

☆時間 14:00～16:30(13:30～受付開始)

☆場所 名古屋大学医学部附属病院 病棟8階大会議室(JR・地下鉄 鶴舞駅下車)

☆参加費 会員は無料(年会費1,000円が別途必要)
非会員は一人500円(資料代等)

※日時・場所・内容は変更になる場合がありますので、必ず下記でご確認の上、お出かけ下さい。

☆詳細・お問合せ

名古屋 IBD ホームページ: <http://nagoyaibd.g2.xrea.com/>

メール: nagoyaibd2@yahoo.co.jp



2019年1月12日(土)開催の定例会の様子

講演のテーマは「IBD患者のためのスキンケアについて」でした。

この後の交流会では、IBD 専門医・看護師・管理栄養士などの医療関係者を交えた座談会を行い、患者同士も活発な意見交換ができました。

<思いつき企画①> エレンタールを美味しく飲もう！（食べよう！）

エレンタールを水やぬるま湯で溶かしてフレーバーを入れて飲んでいる人は多いと思いますが、そのまま一気に飲むと下痢をする人が多いと思います。

クッキーやケーキのような焼菓子にできないか？という声も聞きますが、熱を加えると成分が壊れてしまいます。そこでお勧めなのが「ゼリーミックス」で半固形にする方法です。



<用意するもの>

- ・ エレンタールボトル 1本
- ・ 熱湯 150cc
- ・ 水 50ccくらい
- ・ ゼリーミックス 1本
- ・ プレーンヨーグルト脂肪0タイプ 大さじ2～3杯
- ・ フルーツ系のフレーバー 1/2本
(パイナップルがお勧め)
- ・ 耐熱の計量カップ、泡立て器



①耐熱の計量カップに熱湯150ccを入れ、ゼリーミックス1本を溶かし、水を足して200ccのゼリー液にする。

②③プレーンヨーグルトを大さじ2～3杯入れながらゼリー液が250ccになるように調節し、良くかき混ぜる。

④人肌くらいに冷めていたら、ボトルに注いでよくシェイクする。



そのまま冷蔵庫で30分から1時間冷やして出来上がり。
冷やす時にボトルを横に寝かせると固まった時に飲みやすい。

エレンタールとは、食事がとれないときに用いる総合栄養剤です。炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎、クローン病）などで腸の安静をはかりたいときなどに処方されます。

編集後記

RDD2019のイベントに合わせて初めて会報を作ってみました、たった2ページですが。

さて、思いつき企画①はいかがでしたでしょうか？①があると②が有るかもしれません。ご意見ご感想がありましたらメールかホームページのお問い合わせからどうぞお気軽にお送り下さい。（わ）