

けやき

医療の原点は思いやり

2024
JANUARY

23
vol.



特集

多職種力を集結し、あなたの腎臓を守ります



腎臓内科医師の腎センター回診風景

慢性腎臓病は生活習慣と密接に関係します

腎臓は、血液をろ過し不要なものを取り除く臓器で、体の左右に1つずつあります。不要なものや過剰な水分は尿として体外へ排出し、必要なものは体内にとどめるよう調整します。腎臓の働きが悪くなり、不要なものや過剰な水分が体内にたまると、むくみ、高血圧、食欲不振、だるさなどの症状が現れます。

慢性腎臓病とは、尿の異常（たんぱくや血が混じる）や腎臓の働きが落ちている状態が3カ月以上続く病気です。国内の患者数は、生活習慣病の中で高血圧に次いで多い約1,330万人で、成人の8人に1人の割合です。

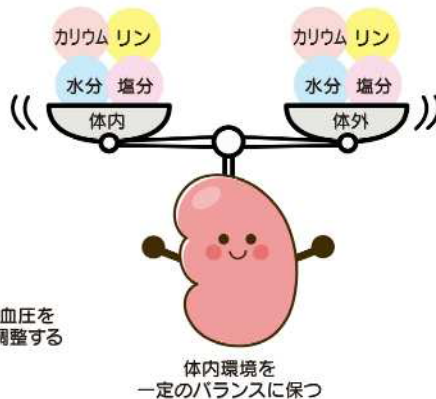
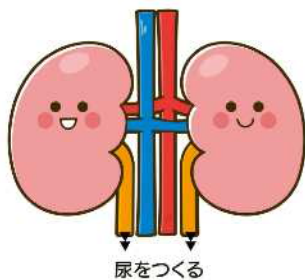
慢性腎臓病は初期には自覚症状がほとんどありません。これが腎臓病の怖いところで、患者数が増えている原因でもあります。また初期段階であれば治療で回復しますが、一定以上まで悪化すると自然に治ることはありません。さらに慢性腎臓病になると、脳卒中や心筋梗塞などのリスクが高まることも

報告されています。そのため、慢性腎臓病が進行すると透析療法や腎臓移植を行わなければならないだけでなく、脳卒中や心筋梗塞を発症する可能性が高まってしまいます。

慢性腎臓病の早期発見には、定期的に健康診断を受け、尿や血液の検査をすることが重要です。特に尿たんぱく陽性の人には要注意ですので、病院での詳しい検査が必要です。慢性腎臓病を悪化させないために必要なのは、①減塩、②適正な体重の管理、③血圧管理、④血糖管理、⑤脂質管理です。慢性腎臓病が生活習慣と密接に関わっていることが、よくわかると思います。

腎臓の働き

どんな働きをしているの？



カルシウム(Ca)吸収
ビタミンD(VD)を活性化して
骨を丈夫にする



各診療科・多職種の専門性を生かし治療にあたります

当院の腎臓内科は、糖尿病・内分泌内科や血管外科、形成外科等と協力して治療を行っているのが特徴です。実際に、当院ではこれらの各診療科が1つの病棟に集まっており、お互いに相談しやすい環境を整えています。例えば、腎臓の病気は糖尿病が原因となる場合も多く、その結果として腎臓病のみならず手足の血流が悪くなることもありますし、皮膚の細胞が壊れる壊疽などの症状が現れることがあります。このような場合には、糖尿病・内分泌内科や血管外科、形成外科

の医師と一緒に治療していく必要があります。つまり、慢性腎臓病が悪化する過程で、さまざまな診療科との関わりが重要になるわけです。

また、腎臓病にならないための予防支援から透析が必要な人への対応など、さまざまな病期で、看護師や管理栄養士、薬剤師、臨床工学技士、理学療法士など多職種が関わっているのも特徴です。多職種それぞれの専門性を生かし、快癒に向けてチームとして患者さんを支えていきます。

「新たな国民病」である慢性腎臓病に立ち向かう

腎臓の機能は年齢とともに落ちていくため、超高齢化社会を迎えている日本では慢性腎臓病が今後も増えていくと予測されています。そのため、慢性腎臓病は「新たな国民病」と言われています。いっぽう、慢性腎臓病や糖尿病に対する新しい治療薬の開発が進んでいます。そのため、健診の機会を活用してご自分の腎機能を知ることと、慢性腎臓病を早

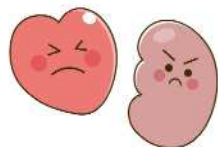
期に発見して専門の治療を始めることがとても重要です。そして、喫煙、飲酒、運動不足、不規則な生活、ストレスなどに心当たりのある人は、慢性腎臓病の予防のため生活習慣の改善にもぜひ取り組んでほしいと思います。

腎臓病に注意すべき人

こんな人は要注意です！



高血圧や糖尿病などの生活習慣病や、肥満などメタボ気味である



過去に心臓病や腎臓病になったことがある



家族に腎臓病の人がいる



健診などでたんぱく尿が見つかったことがある



たばこを吸っている

第1医療部部長
兼 腎臓内科部長
兼 腎センター長
ふか ざわ たか ひろ
深澤 洋敬

多職種で支える慢性腎臓病

分かりやすい説明を心がけています

看護師 ^{すずき ゆき} 鈴木 友紀

慢性腎臓病は糖尿病、高血圧などの生活習慣病や高齢化を背景に増加しています。当院では重症化を予防するため医師・看護師・薬剤師・管理栄養士等の多職種が関わりそれぞれが専門性を活かした生活指導を行っています。病棟では患者さん一人ひとりに合わせた医療を提供するため、情報を共有することを目的に多職種でカンファレンスを行っています。また、腎臓の働きや日常生活で気を付けていただくことなどパンフレットを用いて説明をしています。悪化を予防するために、血圧、体重測定の方法や食事内容、服薬の管理などわかりやすい説明を心掛け、患者さんの気持ちやニーズに寄り添いながら療養生活の支援ができるように多職種で連携し取り組んでいます。



患者指導の様子

患者さんの腎機能に合わせたお薬の調整を行います

薬剤師 ^{かたぎり たかし} 片桐 崇志



用法用量を設定

多くの医薬品は腎臓から尿中に排泄されます。そのため、腎臓の機能が低下すると医薬品が体内に残りやすく有害事象が現われる可能性が高くなってしまいます。しかし少量であれば良いというわけではなく、効果がなければ意味がありません。このようなことを防ぐために、患者さんの腎臓の機能に合わせた用法用量を設定し、患者さんに正しく飲んでいただくことがとても大切です。薬剤師として医薬品が効果的かつ安全に使用されるように処方内容の確認を行うだけでなく、お薬の飲み間違いや飲み忘れを無くし、お薬の管理がしやすくなるような処方提案も積極的に行っていきたいと思います。

患者さんや家族の調理担当者へ栄養指導をしています

管理栄養士 ^{えんどう ゆい} 遠藤 由衣

慢性腎臓病チームの一員として入院患者さんの栄養管理、栄養指導を担当しています。近年では患者さんの高齢化が進み複数の合併症をもつ方が増えています。それに伴い食事を食べることが難しい場面が多くみられます。患者さんの「食べられない」理由を病棟スタッフとカンファレンス等で情報共有を図り「食べたい」という思いに繋げるよう努力しています。そして退院後も食事療法が継続出来るよう、調理者も栄養指導に参加していただいています。長年の食習慣を変えることは容易ではありませんが、患者さん自身が積極的に取り組めるよう個人の生活背景に合わせた指導を行っています。



栄養指導を行っている様子

病棟への出張透析も行っています

臨床工学士 ^{いいづか りょうた} 飯塚 亮太



透析回路の取り付け

当院の腎センターでは、多くの臨床工学技士(CE)が従事しており、医師、看護師、看護補助員と連携し、透析治療を行っています。

腎センターCEは、治療の介助(バスキュラーアクセスの穿刺や抜針)、患者受け持ち、機器や備品類の管理を始め、アフエーシス(特殊血液浄化)や救命病棟、一般病棟での出張透析など幅広く行っています。

また、定期的な多職種カンファレンスを実施し、患者さんの治療状況を共有することで、より安心安全な透析医療を行えるよう努めています。

血液透析シャントトラブルについて

血管外科 科長 斉藤 貴明



シャント狭窄拡張術を行っている様子

血液透析に欠かせないシャント

腎臓は血液を濾過して体内の余分な水分や塩分、毒素を排泄する役割があります。血液透析とは腎臓が正常に働かなくなった患者さんに対して行われる治療法で、血液中の毒素や水分を除去し、きれいになった血液を体内に戻す治療です。一般的に1回4～6時間の治療を週に3回行います。

一度血液透析を開始するとなかなか離脱することができないため、ほぼ生涯にわたり血液透析が必要となることがほとんどです。そのために必要となるのが、“シャント”と呼ばれるもので、手術によりご自身の動脈と静脈を吻合して（場合により人工血管を使用することもある）静脈に血液を流すことで、体表から針を穿刺して血液透析を可能にするものです。

狭窄や閉塞に専門性をもって対応

この最初の“シャント”をずっと血液透析で使用することはなかなか困難で、長い期間で血管内の狭窄や閉塞を来すことがあります。こうなると効率のよい血液透析を行うことはできなくなるため、追加での治療が必要となります。狭窄であればカテーテルによる治療で血管内の風船で狭い部分を拡張して流れを戻す方法がありますが、閉塞の場合、詰まった部分の血栓を除去したり、場合により“シャント”の作り直しをすることもあります。

血管外科では、血管が細く、難しい手術となる“シャント”やすでに血液透析されている中での“シャントトラブル（狭窄や閉塞、出血、感染など）”に専門的知識と技量をもって対応しています。患者さんにとってより良い治療法を選択して対応していますので、透析病院でのトラブルや不安・心配事などあれば担当病院を通して血管外科までお問い合わせください。



さいとう たかあき
血管外科 科長 斉藤 貴明

所属学会

日本外科学会指導医・専門医
日本血管外科学会認定血管内治療医
三学会構成心臓血管外科専門医機構専門医・修練指導医
日本脈管学会指導医・専門医

腹部ステントグラフト指導医
浅大腿動脈ステントグラフト実施医
下肢静脈瘤血管内焼灼術指導医

当院自慢の スペシャリスト

血管撮影・インターベンション専門診療放射線技師



認定資格を取得している吉田技師(右)、高城技師(左)



血管拡張術時の画像調整を行っている様子

日本血管撮影・インターベンション専門診療放射線技師は、認定機構により認定される診療放射線技師の資格です。専門的な技術と最新の知識で血管撮影およびインターベンションの支援体制の確立を図るとともに、放射線の安全管理と放射線防護の最適化に努め、国民の健康に寄与することを目的としたものです。

主に動脈にカテーテルと呼ばれる細い管を挿入して行わ

れる治療を、放射線を用いてサポートしています。インターベンションでは、心臓の冠動脈狭窄や透析患者さんのシャント狭窄に対する拡張、肝細胞癌に対する肝動脈化学塞栓療法、血管損傷による出血に対する止血など、様々な治療を行っています。

患者さんによりよい医療を提供する一員となれるよう、これからも精進してまいります。

よしだ めぐみ
診療放射線技師 吉田 恵

解説!

腎機能検査のおはなし 臨床検査技術科

Q 腎機能を調べるために、どうして尿検査をするの?

A 普段尿中に出ないタンパクや血液が早期発見のサインとなります。このサインを見逃さないよう、尿検査は行われています。腎臓は沈黙の臓器といわれるほど、症状が出ない臓器です。知らない間に病気が進行することがあります。しかし早期発見すれば、病気を治したり進行を遅らせたりすることができます。

Q クレアチンで何が分かるの?

A クレアチンは、体が作り出したゴミ(老廃物)です。腎臓は体にこのゴミがたまらないよう、常に浄化しています。腎機能が悪くなると浄化できず、体にゴミがたまっていきます。つまり、クレアチンが高いほど腎臓が悪いということになります。

Q eGFR(推算糸球体ろ過量)はどうして必要なの?

A クレアチンは年齢・性別によって基準値が異なり、分かりづらいという問題点があります。eGFRは血清クレアチニン値、年齢、性別から計算するため、慢性腎臓病の指標として使われるようになりました。血液中の老廃物を尿へ排泄する能力がどれくらいあるかを示しており、この値が低いほど腎臓の働きが悪いということになります。

※CKD=慢性腎臓病

| CKD [※] ステージ分類 | ステージ 1 | ステージ 2 | ステージ 3 | ステージ 4 | ステージ 5 |
|-------------------------|--------|--------|----------------|--------------------|------------------|
| eGFR値 | 90以上 | 89~60 | 59~30 | 29~15 | 15未満 |
| 腎臓の働き | | | | | |
| 症状 | 自覚症状なし | 貧血など | 疲れやすいなど | 食欲低下 呼吸困難 など | |
| 治療 | | | 生活改善・食事治療・薬物治療 | | 透析 または 腎移植 |

院内日記

磐田市立総合病院ニュース

看護師特定行為研修が始まりました!

10月2日(月)看護師特定行為研修の開講式が開催されました。今年度は2名の受講生を迎え1年間研修を行っていきます。開講式では受講生から、研修を通して看護の質を向上させるとともに、地域医療に一層貢献できる看護師を目指す決意表明を行いました。

また、研修生に向けて事業管理者及び看護部長から激励のお言葉をいただきました。

今後看護師特定行為研修の様子や、特定行為修了者の活動を随時報告していきますので、是非ご期待ください。



メディメッセージ2023イベント出展に 当院スタッフが協力しました

10月28日(土)~29日(日)にアクトシティ浜松で開催されたメディメッセージ2023イベント出展に当院の医師・看護師をはじめ多数のスタッフが協力しました。

メディメッセージは地域に安心できる医療環境をつくりあげていこうという思いから、医療の現場で働く医療従事者が力を合わせ、地域の皆様に本物の医療技術を体験する機会を届ける活動になります。

イベント出展では、腹腔鏡手術の実演、超音波検査の操作体験、スコピスト(内視鏡外科手術での助手)体験、指導医×研修医との対談と大活躍でした。

子供から大人まで沢山の方が参加しており、生き生きとした表情で体験をしていました。

当院は今後もこのような啓発活動へ積極的に参加をし、医療を身近に感じてもらえるよう努めてまいります。



iwatagram

職員の特技や趣味を紹介します



みおなみか 医療
ソーシャルワーカー
三尾 奈美佳

海好きの友だちに誘われてライセンスを取りました!今ほしいものはカラフルな魚が撮れる水中カメラです。



#ダイビング #高知のヒトデ #今度の夏は #伊豆で潜りたい #綺麗な魚 #美味しそうと言うと怒る友



総量 (1人前あたり)

エネルギー 235kcal たんぱく質 20g
 脂質 11.9g 炭水化物 10.7g
 食塩相当量 0.9g

材料(2人分)

- ・ぶり 2切れ (120g)
- ・大根 80g
- ・人参 80g
- ・根深ねぎ 20g
- ・小ねぎ お好みで
- ・白みそ 大さじ1
- ・だしパック 1袋 (9g)
- ・水 400ml



当院管理栄養士



おいしく減塩! ぶり和大根の味噌汁

作り方

- ① だしパックと水を鍋に入れ、沸騰してから中火で5分煮てだしを取る。
- ② 大根と人参をいちょう切りにし、根深ねぎは斜め切り、ぶりは一口大にきる。
- ③ ①に大根と人参を入れ、火が通ったらぶり、根深ねぎを入れる。
- ④ みそを溶かし、ひと煮立ちさせる。
- ⑤ 最後にお好みで小ねぎを散らす。

1月が旬のぶりや大根・ねぎを使用した体温まるメニューです。だしパックを利用することで減塩しながら、うま味が豊富で上品な味付けになります。また、旬の食材や具たくさんで作る方法も減塩のポイントです。



限度額適用認定証情報がオンラインで確認できます

医療費が高額になる場合、窓口等での支払額を所得に応じた自己負担限度額にすることができます。

この制度の利用には、これまで「限度額適用認定証」の提示が必要でしたが、オンライン資格確認制度の開始に伴い、認定証の申請をしなくても自己負担限度額の適用が可能となりました。

ご利用にはマイナンバーカードまたは健康保険証が必要となりますので、いずれかをお持ちの上、入院受付窓口にお声掛けください。



磐田市立総合病院

〒438-8550 静岡県磐田市大久保512番地3

TEL:0538-38-5000 FAX:0538-38-5050

<https://www.hospital.iwata.shizuoka.jp>



過去の「けやき」
はこちら



Instagram
はこちら



Facebook
はこちら