

home.

Shizuoka Saiseikai Communication Paper

March.2024

Vol.47



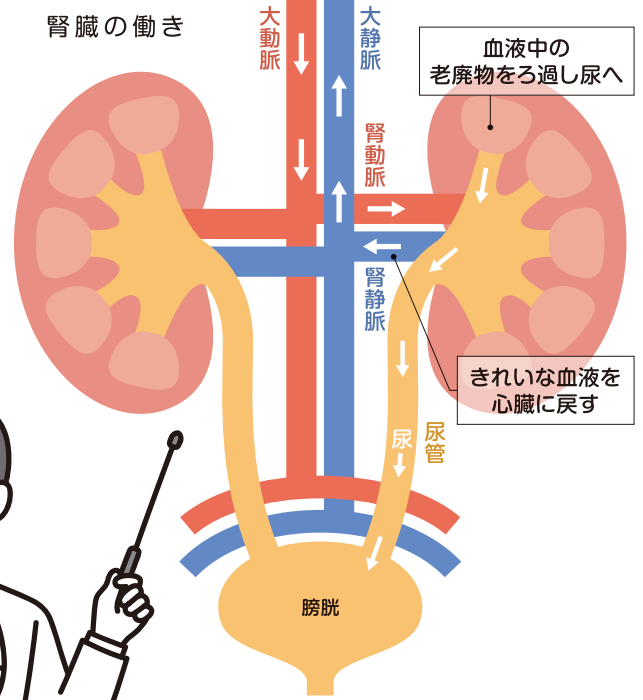
特集

隠れた国民病「慢性腎臓病」

- 1 慢性腎臓病ってどんな病気？ 腎臓内科ドクターがお答えします
- 2 慢性腎臓病の診療プロセス
- 3 腎臓のエキスパート集団が支えます！ 済生会CKD(慢性腎臓病)医療チーム
- 5 能登半島地震 静岡済生会の活動
- 6 医療連携医のご紹介
- 7 当院からのお知らせ

隠れた国民病 慢性腎臓病 CKD

慢性腎臓病（CKD）は、日本では成人の8人に1人がかかっているといわれる、隠れた国民病の一つ。自覚症状がないためいつのまにか進行していることも多く、検査をしないと見つかりません。当院では慢性腎臓病の患者さんをチームでケアしています。



慢性腎臓病ってどんな病気？ ドクターが解説します！



Q 慢性腎臓病になると、体はどうなるの？



A 老廃物の排出や血液を作る働きが低下します。

腎臓は、体内の老廃物を排出してきれいな血液を血管に戻すだけでなく、水分量の調節やミネラルなど電解質のバランスの調節、造血ホルモンを作る働きなど、様々な役割を果たしています。こうした腎臓の働きが健康な人の60%未満に低下したり、尿にたんぱく質が混ざる異常が3ヵ月以上続く場合を慢性腎臓病といいます。腎臓病が進行し、老廃物を尿として十分排泄できなくなれば、命に関わります。また、慢性腎臓病は心筋梗塞や脳卒中（脳出血、脳梗塞）などの心臓や頭の血管の病気を合併しやすいことも知られています。



Q 慢性腎臓病になる原因は？



A 生活習慣病以外にも様々な原因が考えられます。

日本では糖尿病に伴う腎障害の割合が多く、透析治療を受ける患者さんの約半数を占めます。そのほか慢性糸球体腎炎、高血圧に伴う腎硬化症など、慢性腎臓病には様々な原因があります。頻度としては少ないですが、遺伝性の腎臓病も様々なものがあります。

【CKDの主な原因】

加齢／肥満／高血圧／糖尿病
腎臓や泌尿器系の病気／がん など...



Q 慢性腎臓病はどうすれば発見できるの？



A 自覚症状がないので検尿や血液検査が大切です。

ほとんどの場合進行するまで自覚症状が全くないため、自己診断できないのがこの病気の難しい点。検尿や血液検査、腎臓の形や大きさを調べる腹部超音波検査などで発見することができます。定期的な健康診断が大切です。

【検尿・血液検査による診断】

検尿で尿タンパクや尿潜血がある場合には腎臓の中の糸球体という部分に問題がある可能性があります。尿所見に異常はなくても、血液検査でクレアチンという値が高くなり、クレアチニン値と年齢から計算して求められる推算糸球体濾過量（eGFR）の低下が認められると、慢性腎臓病が疑われます。

慢性腎臓病の 診療プロセス



発見

・かかりつけ医
・健康診断 など

内科系クリニックに限らず、検尿(蛋白、潜血)やクレアチンを含む血液検査ができるかかりつけ医の定期検診などで異常が見つかることがよくあります。他の病気でクリニックを受診した際に偶然異常が見つかることも少なくありません。異常がある場合はかかりつけ医の紹介状を持って是非腎臓内科を受診してください。病状が軽度な場合は、そのままかかりつけ医と連携して経過観察となる場合もあります。

診断

・腎臓内科専門医(済生会)

尿たんぱくの異常が3ヵ月以上続くなど、かかりつけ医が必要と判断した場合は当院の腎臓内科が連携し、専門的な診療を行います。病理検査として、腎臓の組織の一部を細い針で採取する腎生検を行うこともあります。腎臓の病気も患者さんによって様々ですので、光学顕微鏡、蛍光抗体法、電子顕微鏡などを駆使して診断し、その患者さんに最適な治療方針を立てます。病気の種類によっては入院治療を行うこともあります。

保存期

・保存期相談外来

腎臓の働きが一定以上低下しているものの、透析などの腎代替療法(腎臓の働きを肩代わりする治療)はまだ必要としていない段階を、保存期といいます。この段階では、できるだけ進行を遅らせるため、服薬や生活指導を中心に治療を進めていきます。当院では腎臓病療養指導士の資格を持つスタッフを中心に、保存期の患者さんへの生活・栄養相談を行っています。生活上の不安や治療の疑問など、何でもご相談ください。

療法選択

・療法選択外来

腎代替療法について検討しなければならない時期には、患者さんやご家族にどんな治療の選択肢があり、それぞれどんな特徴があるのかを複数回に分けて説明します。腎代替療法には腎移植、腹膜透析、血液透析があり、患者さんの生活環境に合わせた最善の治療法を選ぶ必要があります。当院では多職種スタッフと患者さん、ご家族とで、時間をかけて協議し、どの腎代替療法を行うか検討します。

腎代替療法

・透析センター

血液透析は週に3~4回病院や腎クリニックで血液の中の老廃物をろ過して血管に戻す治療で、1回の透析には4~5時間程度かかります。自宅で行う透析としては腹膜透析と在宅血液透析があります。腹膜透析は一定時間お腹に透析液を貯留し行う治療です。在宅血液透析は自宅に透析機器を設置し、家族の協力のもとに自分で血液透析を行う方法です。

腎移植には6親等以内の血縁者から提供いただく生体腎移植と、亡くなった方から提供いただく献腎移植があります。

腎臓のエキスパート集団が支えます！ 済生会CKD（慢性腎臓病）医療チーム

慢性腎臓病の患者さんの多くが、自宅で生活しながら通院治療を続けています。病気をこれ以上進行させないためには、普段からの生活習慣のコントロールが大切。当院では腎臓内科の医師のほか腎臓病ケアに詳しいスタッフが様々な角度から患者さんの毎日を支えています。

リハビリテーション
理学療法士
腎臓リハビリテーション指導士

永田有沙



慢性腎臓病のリハビリテーションの分野はまだ歴史が浅く、専門的に行っている病院は多くありません。当院では特に、透析治療を開始する方に、透析治療開始後も仕事や趣味を継続して行える体力を維持出来るようリハビリテーションを行っています。患者さんが健やかな生活を送ることを目標に、多職種と連携しながら支援していきます。

腎臓病になると、薬と長く付き合っていくことになります。腎臓の状態変化に応じて薬の適量が変わることもあるので、薬剤師は医師と連携しながら薬の量を調節しています。自己判断でやめたり調節したりしないようにしましょう。また、腎臓の機能が低下している方は市販の鎮痛剤などの使用に注意が必要な場合もありますので、薬に関する悩みや不安があればぜひ薬剤師を頼ってください。また、薬の情報を把握するのに役立つので、ぜひお薬手帳を活用しましょう！

服薬管理
薬剤師

芳賀若菜



看護・啓発活動
透析センター看護師

杉山佳代子



慢性腎臓病は血管の病気です。血管を守るために、毎日血圧を測定し自分の血圧値を知ること、血圧が高くならないように塩分摂取量に注意すること、処方された薬は医師の指示通り内服すること、適度に運動をすることが大切になります。低下した腎機能を完全に治すことはできませんが、進行を遅らせることはできます。そのために今日から生活習慣を見直しましょう。

慢性腎臓病の患者さんの食事療法は、病気の進行度や原疾患、体格や活動量などに合わせて進める必要があります。栄養士として、患者さんの食事の状況を把握し、個々の生活や状況に合わせた適切な栄養介入に努めています。また患者さんやご家族への栄養指導を行い、自宅で適切な食事療法が進められるよう理解に努めています。悩んだ時は遠慮なく私たちにご相談ください。

栄養管理
管理栄養士
腎臓病療養指導士

中川立哉



他の診療科
循環器内科・内分泌代謝科
心臓血管外科・形成外科など



腎臓病の患者さんは心臓や血管障害などの合併症リスクも高くなるため、当院の循環器内科や脳神経外科、心臓血管外科、形成外科、糖尿病診療を担う内分泌代謝科など、様々な診療科の医師とも連携して治療にあたっています。



患者さんにとって最適な選択を多職種チームみんなで考えています

慢性腎臓病となる原因は様々であり、まずは原因となった疾患に沿った治療を選択する必要があります。多職種チームが協力して最適な治療が提供できるようにします。腎臓の働きが低下する速度をできるだけ遅くするとともに、頻度の高い合併症についても発症進展予防、早期介入を行います。

慢性腎臓病にならないために

慢性腎臓病の原因は様々ですので、こうすれば必ず防げるという決め手はありませんが、まずは原因の多くを占める糖尿病や高血圧にならない生活習慣を心がけましょう。車を使わず歩くなど、日常生活の中で適度に運動を続けることが高血圧予防に役立ちます。

腎臓病教室に参加してみませんか？

参加
無料

当院では腎臓病教室を定期的に開催しています。進行を食い止める治療、薬や食事療法、腎臓リハビリテーションまで、専門家がわかりやすく解説します。腎臓病が気になったら、病気を正しく理解することから始めてみませんか。

※令和5年度の腎臓病教室は終了いたしました。次年度の開催は決定次第ホームページ等でお知らせいたします。

LINEでもご案内しておりますので、P7のQRコードよりお友達追加をお願いします。

お問合せ 腎臓内科外来 TEL.054-285-6171 (代表) 受付時間 ▶ 月曜日～金曜日 14:00～16:00 (祝日を除く)

能登半島地震 当院の支援活動

令和6年能登半島地震により犠牲となられた方に深く哀悼の意を表するとともに、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。また被災地の1日も早い復興をお祈りいたします。

“今私たちにできる支援はなにか”と考え取り組んできた当院の被災地支援活動について報告します。



DMAT(ディーマツト)の派遣 (厚生労働省からの派遣要請を受け、被災地へDMAT2隊と看護師を派遣しました。)

派遣期間：1月5日～1月9日

派遣メンバー：医師1名、看護師2名、業務調整員3名
(臨床検査技師、薬剤師、事務員)

活動場所：市立輪島病院

活動内容：病院本部支援、
入院患者さんの搬送調整業務

派遣期間：1月23日～1月27日

派遣メンバー：医師1名、看護師3名、業務調整員2名
(作業療法士、事務員)

活動場所：輪島市保健福祉調整本部

活動内容：本部施設復旧支援、福祉避難所の設置予定場所の
安全性や環境等のアセスメント

この他に、静岡県内3病院による混成DMATの一員として、看護師1名が2月11日～13日の間、金沢市内の1.5次避難所待機ステーションで入・退所者の管理等を行いました。

看護師派遣 (厚生労働省や済生会本部からの派遣要請を受け、看護師4名を派遣しました。)

派遣期間：①1月12日～17日、1名／②1月17日～22日、1名／③1月25日～2月1日、1名／④2月9日～2月22日、1名

派遣先：①②珠州市総合病院(石川県珠州市)／③④石川県済生会金沢病院
上記に引き続き5名の看護師を石川県済生会金沢病院へ派遣する予定です。

DMAT(災害派遣医療チーム)とは？

専門的な訓練を受けた医師、看護師、業務調整員(医師・看護師以外の医療職、事務職員)で構成され、地域の救急医療体制では対応出来ないほどの大規模災害や事故などの現場に急行する医療チームです。

Disaster ▶ 災害 **Medical ▶ 医療** **Assistance ▶ 支援** **Team ▶ チーム**

連携医のご紹介

地域の中核を担う総合病院として、地元の医院との連携も欠かせません。

静岡市駿河区

みずほ腎クリニック

診療科目 人工透析

〒421-0115 静岡市駿河区みずほ2丁目18-1

☎054-268-7777



ホームページ



安心して居心地のよい
自宅のような場所でありたい

藤田 章二 院長

静岡市の長田地区唯一の透析専門クリニックとして開業し、2024年4月で10年が経ちます。地域の皆様に信頼され続ける医療機関として「診療・環境」に満足していただくという理念のもと、最新の医療機器導入をはじめ無料送迎等を通じた患者様の利便性向上に努めております。また、自家発電装置や井戸設備を完備し、災害時でも透析治療を継続できる体制整備はもちろんのこと、駿河区・葵区・清水区にグループ透析施設を分散しておりますので、万一本院が罹災し透析継続が困難になったとしても、グループ内で受入可能な体制を整備しておりますので、どうぞ安心ください。

これからも引き続き地域の皆様に愛されるクリニックでありたい、そう想っております。

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00～18:00	●	●	●	●	●	●	—

休診日: 日曜

※透析に関する日時・送迎などお気軽にお問い合わせください。

ACCESS

- JR「安倍川駅」より徒歩3分
- 静鉄バス「川原」バス停より徒歩13分
- 駐車場あり ■ 無料送迎あり



静岡市清水区

杉山クリニック

診療科目 人工透析・泌尿器科

〒424-0066 静岡市清水区七ツ新屋364-1

☎054-346-0016



ホームページ



災害時にこそ
頼りになる存在を目指して

杉山 壽一 院長

この度当院は「災害時に通常通り対応可能」な透析施設を新設いたしました。2022年9月に清水区の広域で断水被害が起こりましたが、当院は井戸水が使えた為、通常通り透析治療を行うことができました。この経験から更に安心できる施設を目指し、新館では最新の自家発電機、井戸水ろ過システムを設置し、停電・断水時に96時間透析が出来るようになりました。最新設備も大切ではありますが、「最後は人の目と手がとても大事」と考えており、スタッフの教育にも力を入れております。地域の皆様に安心してご利用頂ける杉山クリニックをどうぞ宜しくお願いいたします。

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
午前の部 8:30～12:00	●	●	●	●	●	●	—
午後の部 14:30～18:00	●	●	●	—	●	△	—

休診日: 木曜午後、日曜、祝日

※土曜午後の診察時間は13:30～15:00

※透析に関する日時・送迎などお気軽にお問い合わせください。

ACCESS

- 静岡鉄道「御門台」駅より徒歩8分
- 駐車場あり ■ 無料送迎あり



入院支援センター移転しました

2月1日より入院支援センター(北館1階、2階)は名称を新たに「患者サポートセンター」とし、西館1階に移転いたしました。患者サポートセンターでは、予定入院の患者さんに対して、外来診察室で受けた治療・検査内容の確認や、入院生活・療養上の注意点等の説明を行います。

今回の移転に伴い同センターには管理栄養士が常駐し、これから入院する患者さんに対してアレルギーや食形態の確認、食事に関する心配ごとの相談、栄養指導など栄養面のサポートもワンストップで行えるようになりました。今後は薬剤師による服用中の薬の確認や休薬指導、医療費の相談等も入院前から行えるよう多職種が介入する仕組みを整えていきます。

新しくなった患者サポートセンターでは今まで以上に患者さんやご家族により添った支援ができるように心がけていきます。



済生会フェア開催決定

次年度の済生会フェアは2024年6月8日(土)に開催することが決定いたしました。済生会フェアは、1996年より地域の皆さまに病院の取り組みを知っていただくため開催し、次年度で25回目の開催となります。

「インクルーシブ社会実現のために地域で支え合う医療と福祉」をテーマに、皆さんに楽しんでいただけるような企画を考えております。詳細につきましては今後ホームページやLINE等でお知らせいたします。



読者アンケートのお願い

日頃は、「home」をご愛読いただきありがとうございます。「home」のより良い紙面作りのため、読者アンケートを実施しております。「こんな記事が読みたい」、「病院のこんなことが知りたい!」など率直なご意見をお寄せください。

アンケートにご回答いただいた内容は、今後の紙面づくりに反映いたします。



「home」
読者
アンケート



私達は暖かい思いやりの心で質の良い医療・福祉サービスを実践します

社会福祉法人 済生会
静岡済生会総合病院
Shizuoka Saiseikai General Hospital

〒422-8527
静岡県静岡市駿河区小鹿一丁目1番1号
TEL.054-285-6171 FAX.054-285-5179



<https://shizuoka-saiseikai.jp/>

静岡済生会総合病院 LINE公式アカウント & インスタグラム



公式LINE



SHIZUOKA SAISEIKAI OFFICIAL

地域周産期
母子医療
センター

