［衆和会広報紙］ VOL.80 2016.01 http://www.nagajin.jp

ながじんまがじん

第一峰門（国宝）

大雄宝殿（国宝）

崇福寺：1629年（寛永6年）に創建。興福寺・福済寺とともに長崎三福寺に数えられる。中国様式の寺院としては日本最古。（長崎市鍛冶屋町）

三門

― 理 念 ―

衆和会は、透析医療を中心とした24時間対応の腎疾患専門施設として、地域社会に貢献します。

― 基本方針 ―

1. 自己研鑽による透析技術の飽くなき追求
2. 患者の権利を守り、機能的なチーム医療を提供
3. 地域の医療・福祉と連携し、入院を必要とする患者の受け皿

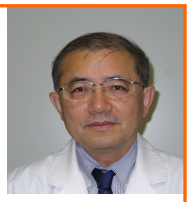
特集：在宅血液透析のすすめ

□新年のご挨拶
□慢性腎臓病に対する啓発活動　□運動のすすめ
□褥瘡予防対策委員会：低温やけどに注意しましょう。
□アメリカ腎臓病学会参加報告
□九州人工透析研究会参加報告
□読んで得する感染情報：今年のノロウイルスの傾向
□安全対策チーム：「指さし呼称」で安全確認
□こくら庵便り　□地域連携室からのご案内

TAKE FREE ご自由にお持ち帰りください

新年のご挨拶

申年―個人情報



長崎腎病院　院長　原田孝司

今年は申年です。実を言うと私は申年で年男に当たります。

歴史的には豊臣秀吉も申年だったようです。頭の回転が速く、行動力があり、抜け目のなさと冷静さをもつ曲者という印象があります。私もあやかりたいものです。

十二支のうち申年の言語の由来は、草木が伸び切り果実が成熟し堅くなってゆく状態を表すとなっています。庶民に十二支を浸透させるために、サルの動物の名前を当てたとされています。サルと言えば日光東照宮の三猿が世界的にも有名ですが、その中で特に見ざる、聞かざる、言わざるがあります。自分にとって都合が悪いことや相手の欠点を見たり、聞いたり、言ったりしがちですが、処世術としてむやみに余計なことはしない方がよいという戒めとされています。このような本来の意味とは別に、見たり、聞いたり、言ったりすることは医療の現場では大変必要なことです。私たち医療従事者は、患者をよく観察し、患者の訴えをよく聞き、患者に分かりやすく説明し、そしてお互いに情報を共有することが求められています。

特に最近の高齢化し認知症を有する透析患者さん、介護保険の活用が必要な患者さんや家族の介護が困難な患者さんが増加しており、家庭環境、経済背景などの患者背景の把握は大変重要になります。 しかしながら、個人情報に関しては個人情報保護法があり、その取り扱いには個人の権利・利益を保護する必要があります。

ところで、今年からマイナンバー制度が始まり、行政手続きの簡素化が図られ、社会保障や税制度でのメリットがあるようですが、マイナンバーから個人情報が流出して利用されることが懸念されています。

一方、政府は特別秘密保護法として、日本の安全保障上で特に秘匿することが必要であると判断したことを特定秘密に指定できるようにしました、表現自由や報道の自由が侵害されることが危惧されています。

以上のように、個人情報に関しての取扱いは、医療現場においても慎重な時代になってきたようです。

慢性腎臓病（CKD）に対する啓発活動

長崎腎病院
医師　　佐々木　修

慢性腎臓病（CKD）では、自覚症状がないまま、知らず知らずのうちに腎臓の機能が低下します。人工透析が必要となったり、心臓病や脳卒中の危険性が高まる等、とても怖い病気です。このCKDの治療が、心血管合併症や透析導入を抑え、患者さんのADL低下防止や健全な医療経済の維持に貢献するといわれています。近年、日本全国で、CKDを患者さんへ幅広く啓発する取り組みが活発になっております。今回、長崎腎病院で新たに立ち上げた、「腎臓長持ち教室」について紹介します。

「腎臓長持ち教室」は、医師や看護師、薬剤師、管理栄養士、医療相談員が中心メンバーとなって運営しており、平成27年11月27日に第1回目を開催しました。主に透析導入前のCKD患者さんや御家族を対象に、「腎臓の働きと慢性腎臓病」（医師）、「薬について」（薬剤師）、「日常生活の送り方」（看護師）、「食事療法」（管理栄養士）、「医療福祉制度について」（医療相談員）の講義を、各々15～20分程度ずつ、計1時間30分程度をかけて行いました。あらかじめ講義のスライド内容を印刷し、腎臓病のパンフレットと共に配布して、より具体的に理解しやすいように工夫しました。講義の後にはCKDの質問を数多く受け、その度毎に、参加者の方々の関心の高さを実感することができました。

「腎臓長持ち教室」を通じて、患者さんへの啓発だけでなく、腎臓病の診療を行う各部門のスタッフの「横の連携」もあらためて再確認され、とても有意義でした。また私は現在、長崎市ストップCKDネットワーク会議の一員として、長崎市と連携してCKD重症化防止の取り組みを推進する活動も行っております。今後もこれらの活動を継続し、より多くの方々へCKDの知識を伝えていきたいと思います。「腎臓長持ち教室」の開催日程等は掲示板で紹介しますが、予約制となりますので、参加希望の方は受付または外来看護師へ御相談下さい。

特集

在宅血液透析（HHD）のすすめ

衆和会は在宅血液透析を推進しています。　HHDチーム

HHDとは、施設で使用している機械とほぼ同じものを自宅に設置し，患者さんと介助者とで透析を行います。
近年では，HHDを選択する患者様は増加傾向にあり、2014年の段階では，全国で600名弱の患者さんがHHDを実施しています。
当院では旧桜町クリニック時の2008年より在宅血液透析（Home Hemo-Dialysis :HHD）を開始，現在3名の方がHHDを行っており，2名の方が指導中です。

なぜ、在宅血液透析が増えているのか？

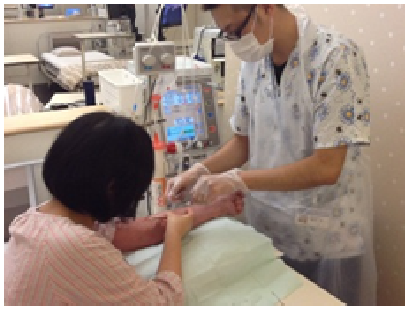
国の方針でも在宅医療の推進の動きもあり、本人の意思による治療選択の幅が広がっています。
　また現在の施設透析に通う，『透析に合わせた生活』ではなく、『生活に合わせた透析』を行うことにより、透析効率の上昇のみではなく，自身の生活スタイルに合わせられ，生活の質の向上も計れることから，HHDを選択される方が増えています。

HHDを開始した方の声

○検査データが良くなり、仕事の時間も自由に出来るようになった。今後はオーバーナイト透析をしてみたい。（60歳：自営業）

○食事制限が緩やかになり、1回の透析で引く水の量も少なくなり、透析がきつくなくなった。（65歳：自営業）

○薬の量も減り、仕事もみんなに気兼ねなく出来る。あと体が軽いのと、寝つきと目覚めが格段に良くなった（48歳：会社員）



長所

○自分の生活スタイルに合わせ、自由に透析スケジュールを組むことができる。
*○時間的制約がないため、**社会復帰**（就業、家事、育児、趣味）が容易である。*
○施設透析に費やした通院時間や待ち時間がなくなる。
○透析回数に制限がないため、十分な透析量が確保できる。
*○**飲水、食事制限**が緩和される。*
○貧血、高血圧、血清リン値などの改善がみられ、薬の量が減る。
*○透析不足による合併症のリスクが減り、**生命予後**がよい。*

短所

●自己責任、自己管理を伴う治療法である。
●介助者やそれ以外の家族の理解と協力が必要である。
●介助者とともに一定期間の訓練（技術と知識の習得）が必要である。
●自己穿刺をしなければならない。
●自宅に透析装置の設置場所と医療材料の保管スペースの確保が必要である。
●金銭的な負担がある。

運動のすすめ Vol.8

理学療法士が自宅で簡単にできる運動をご紹介します

リハビリテーション課　林 涼子

今回は、歩行補助具についてお話ししたいと思います。

歩行補助具とは…

歩行補助具とは、歩くことを助けてくれるリハビリテーションの道具で、体重を支えたり(免荷)、歩く時のふらつきを助けるものです。治療用としても、生活場面で機能の不足を補う道具としても用いられています。

杖　ふらつき防止と僅かな体重免荷(体重の10%程度)が可能。
体重をかけ過ぎると、手首に負担がかかります。

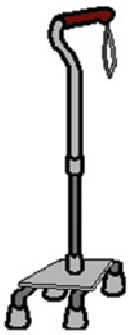
クラッチ　体重免荷を助けると同時に、支えが杖よりも多いので安定性も杖より高い。
両手で使う場合もあります。

歩行器　大きな安定性が特徴。不整地や段差、階段には不適応。
コンパクトなものであれば、自宅内でも使用可能です。

代表的な歩行補助具

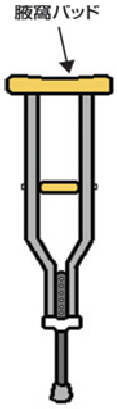
杖 1.　T字杖

一般的に「杖」といえばこのT字杖という種類を指します。特徴は転ばぬ先の杖程度の機能と、安価で簡便であること。適応は広範囲で、少し足がふらつく方や長距離歩くことが不安定な方などです。



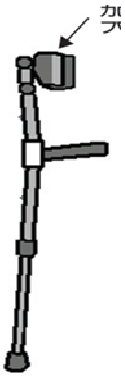
杖 2.四点杖

4つの足を持つT字杖です。足が4つあるので、杖そのもので立っていられるので、より高い安定性が得られます。しかし、不安定な道や踊り場の狭い階段では、安定性が劣ります。適応は片麻痺の方や高齢でT字杖では不安定な方などです。



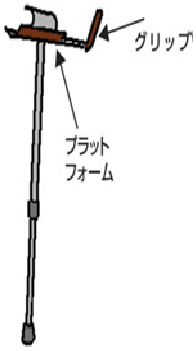
杖 3.松葉杖

杖という呼び名が定着していますが、機能でみるとｸﾗｯﾁになります。最も有名な歩行補助具です。脇に腋窩ﾊﾟｯﾄを挟んで使用します。一般的には整形外科疾患の患者さんが、手術後や安静期間に使います。両手で使うと、片足を浮かせた状態で歩くことが可能です。



ｸﾗｯﾁ 4. ロフストランドクラッチ

松葉杖と並んで病院ではよくお目にかかる歩行補助具です。松葉杖の脇に挟んでいるﾊﾟｯﾄに換わり、腕の部分にカフと呼ばれる部分があるのが特徴です。
主に、片手で体重が支えられる程度の方に適しています。



ｸﾗｯﾁ 5.プラットフォームクラッチ

リウマチ杖とも呼ばれるｸﾗｯﾁです。手首に過剰なｽﾄﾚｽをかけられない方のために、腕で体重を支持することで手首の負担を軽減することを目的に作られたものです。

今回は、杖とｸﾗｯﾁの紹介をしました。
同じようにみえますが、それぞれの特徴がおわかり頂けたでしょうか…
次回は歩行器の紹介と杖の付き方、注意事項等についてのお話しをする予定にしています。

寒い冬。暖房器具は上手に使って、低温やけどに注意しましょう!

褥瘡予防対策委員会　下田　美智子

寒い冬は、なんとか暖かくして過ごしたいものですよね。そういうときこそ、注意してほしいことがあります。それは、冬場に多い「低温やけど」です。

「低温やけど」は、カイロや湯たんぽなど、温度の低いものが長時間皮膚に触れ続けることで起こります。長時間温められると、皮膚だけではなく、その下にある脂肪細胞に熱が伝わります。皮膚表面は血液の循環が頻繁に行われているので、割合、冷やされる傾向にありますが、深部の脂肪組織は血液量が少なく、冷やされにくいため、皮膚の深い部分でやけどを起こし、重症化する、これが「低温やけど」です。

低温やけどは「なぜ怖い」のか？

高温でのやけどに比べて、見た目が軽度に見えるため簡単に「すぐ治る」と思われがち。

そのため、皮膚科受診や適切な治療・処置をおこなわれないことがあり、それが原因で感染や治癒困難な褥瘡・壊疽などへ重症化し、下肢切断や、命にも危険が及ぶ状況になる、ということがあるからです。また、高齢の方や糖尿病がある方は、痛みや熱さや冷たさがわかりにくくなりやすく、傷ができていることに気付くのが遅く、できた傷が治りにくい特徴があります。

また、病気でない人でも、人は眠っている状態のとき、痛みを感じることがありません。こたつや電気カーペットの上で寝てしまうと、広範囲の低温やけどを起こしてしまうことがあり、そうなると、長期間の入院や移植手術などにつながってしまうことまであります。

「カイロ、湯たんぽ、こたつ、電気ストーブ、電気カーペット・・・・」これらを利用するときは、「低温やけど」を予防しながら、暖かい、快適な冬を過ごしましょう。

具体的にどういうことを注意をするべきか

＊**カイロ**　⇒直接、肌に貼るような使い方は絶対にダメ。基本的にカイロの使用はお勧めしません。靴用カイロはもってのほかです。←「低温やけど」になった！と聞くのは、カイロが一番多く聞きます。どうしても使うときはカバーを付けたり、数枚の衣類の上から使うなど表面温度を下げるようにしましょう。

＊**湯たんぽ**　⇒専用のカバーの上から、さらに厚いタオルを巻いて表面温度をさげる。布団が温まったら、寝る前に抜く。

＊**こたつ・電気カーペット**　⇒電気カーペットやこたつでは寝ない！

＊**電気ストーブ**　⇒常に自分の特定の部位を温めている！という状況を避ける。

＊**電気毛布**　⇒直接、電気毛布に体があたる使い方は絶対ダメ！。体の上に他の毛布や肌布団などをしてその上から電気毛布、布団というような使い方をしましょう。また、最高温で使わず低温で利用しましょう。また、これらの暖房器具には、必ず注意書きが書いてあります。それらを読んで正しく使いましょう。

注意していたけど、「低温やけど」を起こしてしまった！

そんなときは、すぐに**ガーゼなどをして、患部を保護し、皮膚科に行くことが一番重要**です。

こういう場合は、自分で処置したり、放置せず、すぐに皮膚科へ！！

×:「軽く冷やして、手持ちの軟膏をぬる」
×:「水ぶくれをつぶす」
×:「消毒薬やオロナインなどの殺菌作用のある軟膏をぬる」
→こういった処置は**絶対にしない**でください。正常な皮膚細胞を壊してしまったり、治癒を遅らせる原因になってしまいます。

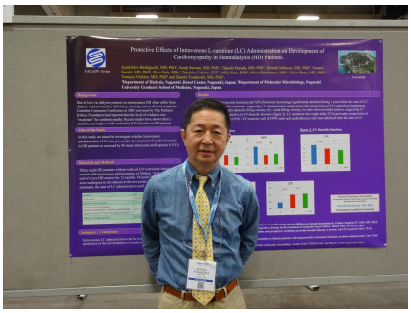
低温やけどをおこした場合は**必ず、専門医に診てもらい、適切な処置**をしていただきましょう！

アメリカ腎臓病学会
参加報告

長崎腎病院　薬剤課　矢野未来

今回、2015年11月にアメリカのサン・ディエゴで開催されたアメリカ腎臓病学会に参加させていただきました。
学会会場では私達のようにアメリカ以外からの参加者も多く、近年の傾向や中国の方をよくみかけることがありました。
発表は船越理事長がカルニチンについてのポスター展示を行い、参加者からの質問に流暢な英語で返答をされていました。
ポスター展示場では、至る所で活発な質疑応答・議論があっており、英語力がほとんどゼロの私は内容をあまり聞き取ることができませんでしたが、海外の学会という貴重な経験をさせていただいたことは本当にありがたいことだと思います。
この経験を生かし、今後の業務に繋げられるよう努力していこうと改めて思いました。
私個人は13年ぶりにパスポートを取得し、かなり緊張しての参加となりました。

けれども日本ではお目にかかれない広大な自然を目にしたり、美味しい食事を堪能させていただいたりと日常では体験できないことばかりで、声をかけていただいて本当に良かったな、と感じました。
1週間の行程を終え、私はお昼過ぎに自宅に到着。その後学校から帰ってきた二人の子供たちは揃って「久しぶりね～。」
それだけ？



九州人工透析研究会
参加報告

長崎腎病院　看護師　吉田衣里子

あけましておめでとうございます。
昨年12月に長崎のブリックホールで九州人工透析研究会が開催されました。九州一円より、医師や看護師をはじめ様々な職種が一堂に会し研究発表、講演が行われました。
その中で近畿大学の古薗勉先生のお話しはとても興味深いものでした。
先生は若い頃より腎臓が悪く、就職もままならならずそのことでとても悩まれました。しかしある方から、「自分の足元を見る」という助言をいただき自分の足元には腎臓の病気があり、自分は腎臓の病気とともに生きようと思ったそうです。そしてその後、透析導入し人との出会いの中で透析業務を紹介され従事。施設透析→腹膜透析→在宅透析→腎移植と現在受けることのできる腎代替療法を全て経験され、現在もお元気で活動されています。

腎移植は受けて3か月目。先生の体感としては在宅透析と移植を比べると体調に変わりがないと言われていました。これは、在宅透析で移植腎の働きに近い効果を得られていたのかなと思いました。
お話しの中で「自立・自律」という言葉がありました。先生自身の生き方を表す言葉なんだろうと思います。社会人として前を向き自立し、透析での検査データを正常範囲よりさらに厳しいところに目標値を定めご自身を律していたそうです。
「自立・自律」という言葉は、透析のみならず普段の生活でも大切なことであると思いました。私の座右の銘にしたいと思います。

読んで得する 感染情報

今年のノロウィルスの傾向について

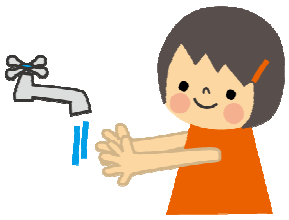
検査課　田川　秀明

＜はじめに＞
ノロウイルスは感染すると、24～48時間ほどの潜伏期間を経て感染症や食中毒を発症するといわれています。
食中毒の場合は、前日か前々日の食べ物が原因と考えられます。おもな症状は吐き気、嘔吐、腹痛、下痢があげられ、37～38度ほどの発熱があります。

＜新型ノロウイルス＞
今年のノロウイルスはこれまでのノロウイルスが変異してできた「GⅡ.17」という新型のウイルスで、これまでの「GⅡ.4」というウイルスからほぼ置き換わったと思われます。
これまでのノロウイルスであれば、毎年小規模の流行を繰り返してきて、免疫ができたヒトがふえ、もはや大流行になることはありませんでした。
国立感染研究所の調査では、新型ノロウイルスは、ヒトへの感染のしやすさにかかわる部分が変異したもので、まだ免疫を持っているヒトがおらず、広く流行する恐れがあるとのことです。

＜ノロウイルス検査について＞
迅速診断キットを用いての検査は、通常20～30分程度で陽性か陰性かの診断が出ますが、ノロウイルスに感染しても使用する検査のキットや、採取する便の量によっても精度がかわり、陽性とならない場合もあり、特に新型ウイルスの場合、十分なウイルス量があるにもかかわらず陰性となり、検出できない事あり、その使用には注意が必要です。

＜もし、感染が疑われたら＞
上記の症状のときは必ず、来院前に電話でのご連絡をお願いします。
その時のスタッフの指示に従って行動してください。



安全対策チーム

「指差し呼称」で安全確認！！

長崎腎病院　看護師　久保純子

最近、浄化センターのコンソールに色んなテープがあちこちに貼ってある！と目にされた方も多いのではと思います。
浄化センターではプライミングやセッティングを正確に行い、安全な透析開始業務が行えるようにチェック・確認をしたという意味でコンソールにマスキングテープを貼り責任の所在を表しています。しかし、ミスは0にはならない。何故か？ここで言葉の意味を考えてみましょう。
「チェック＝check」とは、真実か否かを知る目的で、「見る・聞く・触る」のように何かを試す事。
「確認＝confirm」とは、「間違いなく真実であることを明らかにする、物事を確定させる」事。
どちらも「確認する」に違いはないのですが、意味する所が少し違うのです。

さて、何事にも有効的と言われている「指差し呼称」の効果を話します。指差呼称をすると前頭葉の血流が増加し注意力・集中力が上がると科学的にも立証されています。
医療現場なので工事現場のような大声は必要ではなく、自分だけに聞こえる声で指差呼称を行う。毎日行うことなので、順番をパターン化することで、手順のもれをなくしミスを防ぐことができます。たとえば、車に乗ってシートベルトを締める動作も習慣化していると必ず行います。自分で意識しなくてもその動作は習慣化され、ミスや事故の件数を減らすことができると思います。
個人の間違いが重大な事故に結びつかないように毎日の業務の流れを点検、確認し安全管理に努めていきたいと思います。

特別養護老人ホーム
こくら庵
社会福祉法人 照善会

便り

こくら庵　小森優也

1月	
2月	節分 ランタンフェスティバル
3月	雛祭り　花見
4月	花見　帆船まつり
5月	菖蒲湯
6月	おたくさ祭り
7月	
8月	夏祭り
9月	敬老会
10月	おくんち
11月	
12月	忘年会　クリスマス会

当施設では、入居者の方々に少しでも季節感を味わって頂けるように毎月ごとにイベントを開催しています。
上記の写真はクリスマスの飾り付け風景です。

地域連携室からのご案内

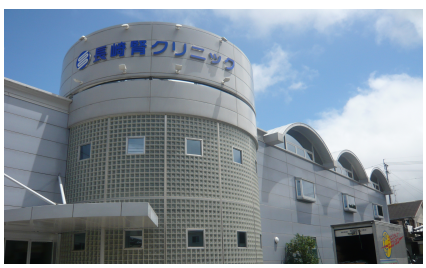
		月	火	水	木	金
■長崎腎病院 診療科目　内科,腎臓内科 泌尿器科 診療時間　AM9:00～12:00 PM15:00～17:00	AM	一ノ瀬医師	原田医師 澤瀬医師 （泌尿器科）	佐々木医師	西野医師 一ノ瀬医師	原田医師 澤瀬医師 （泌尿器科）
	PM	原田医師	一ノ瀬医師	原田医師	一ノ瀬医師	佐々木医師
■長崎腎クリニック 診療科目　内科,腎臓内科 診療時間　AM9:00～12:00 PM15:00～18:00	AM PM	橋口医師				

医療法人衆和会　NAGASAKI JIN GROUP

長崎腎病院

〒850-0032
長崎市興善町5番1号
☎095(824)1101

MAP

長崎腎クリニック

〒851-2105
西彼杵郡時津町浦郷272-14
☎095(813)2777