

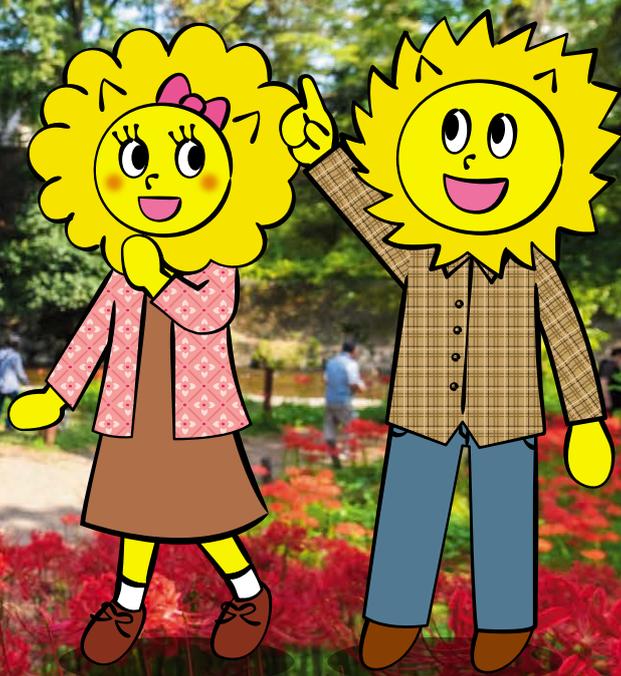
ひだまり

みなさんと「一緒に歩く」透析情報誌

vol.40



オンラインHDFの 特長を知ろう!

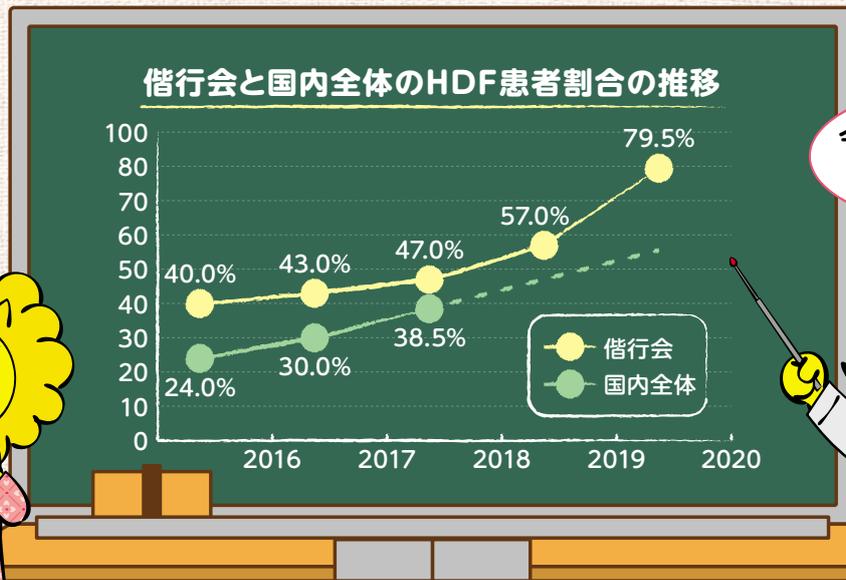


- 🌸 エンジョイ! 透析クッキング
- 🌸 今さら聞けない! 透析Q&A
- 🌸 ひだくんの もっと知りたい!
- 🌸 遊んで楽しく学べる透析かるた
- 🌸 やってみよう! 脳のトレーニング

ひだまり
表紙写真 **大募集!**
詳しくは6ページをご覧ください

オンラインHDFの特長を知ろう!

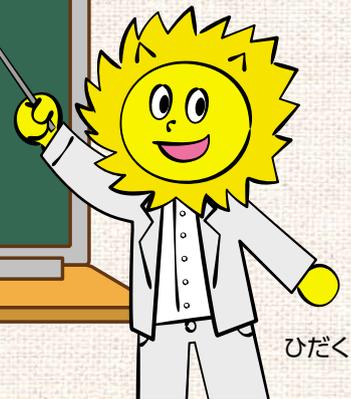
偕行会グループの透析施設でも主流となってきている”オンラインHDF”。
2012年の診療報酬改定により保険適用された事で徐々に増え始めました。
今回の特集では、2020年にグループ全体で約79.5%の割合を占めるまでになった、
この”オンラインHDF”治療の特長や効果などについて、ご紹介させていただきます。



今注目されている治療法ですよ!



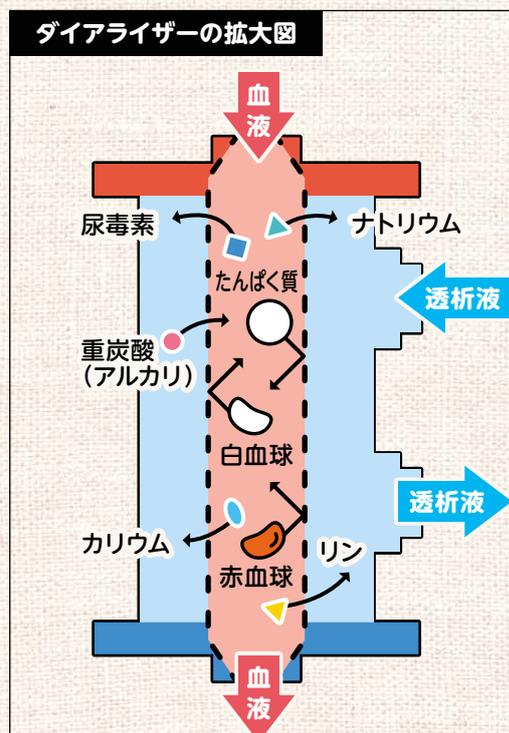
まりーちゃん



ひだくん

血液透析(HD)と血液透析濾過(HDF)の違い

血液透析(HD)は、ダイアライザーという人工の腎臓に血液を流すことで毒素が除去されます。この、ダイアライザーの中には、細いストロー状の糸が数万本入っており、糸の内側を血液が流れ、外側を透析液が流れています。また、ダイアライザーの糸の側面には、小さな穴が開いており、この穴から毒素は除去されます。つまり、**血液透析ではこの穴より小さい毒素しか体から取り除くことが出来ない**のです。
対して、**血液透析濾過(HDF)**は、**血液透析に濾過を加えた治療法**です。意図的に濾過を加える事で、ダイアライザーの糸に掛かる圧力が高くなり、**今まで通過出来なかった大きい毒素も除去できるようになります**。また、**濾過する量を増やしていくと、除去できる量もあわせて増えて行きます**。
血液透析濾過は、血液透析では不十分であった**大きな毒素の除去に対し有効的な治療法**です。



HDFの種類～オンラインHDFとオフラインHDFの違い？

血液透析濾過 (HDF) は、補液方法の違いにより“オフラインHDF”と“オンラインHDF”に分けられます。**オフラインHDF**は、ボトルやバッグに入った市販されている専用透析液を使っています。ただし、補液する量は、ぶら下げるボトルやバッグの場所の問題から限界があります。

対して、**オンラインHDF**は、透析液をそのまま補液として使っているため、**透析液の一部を分配することで簡単に大量の補液が可能**となります。そのため、オンラインHDFの登場により、

大きな毒素の除去も格段に増やすことが出来る様になりました。

通常オフラインHDFの補液量は**10ℓ**、オンラインHDFの補液量は

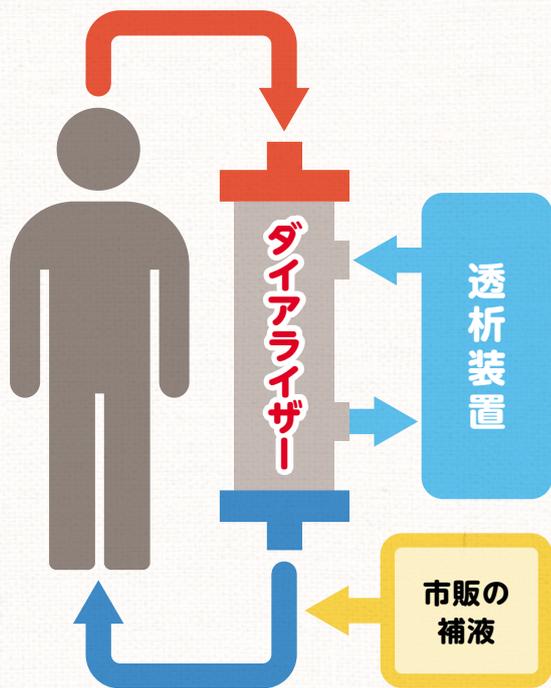
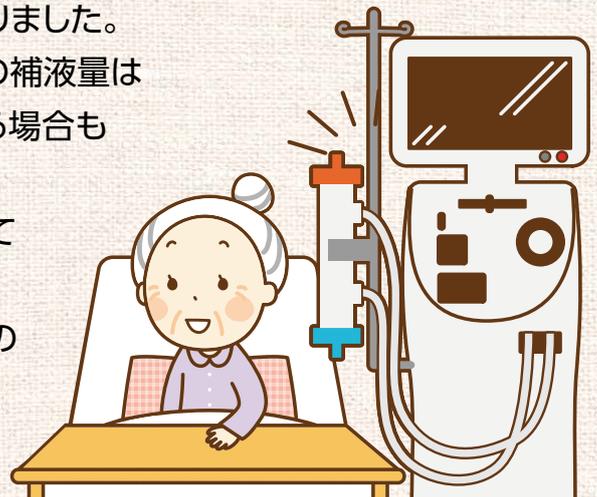
60ℓで行っており、治療の種類によっては**100ℓ**を超える場合も

あり、その差は歴然です。

また、オンラインHDFでは、透析液を直接体内に注入していますので、**嚴重な透析液の水質管理**が求められます。

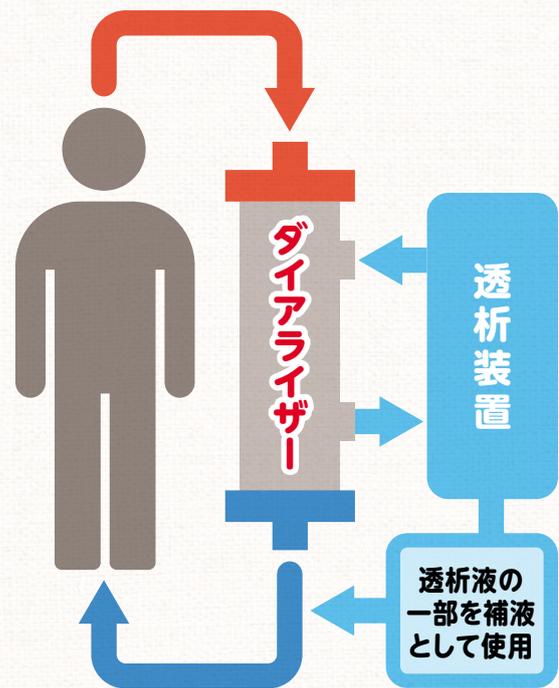
そのため、バイキンの死骸や毒素であるエンドトキシンの測定、生きたバイキンの測定など**定期的に検査を行い、**

常に検出感度以下としています。



オフラインHDF

補液は保険収載されている濾過型人工腎臓用補液を用います。作業負荷の増大、ミス(除水計算、薬液混合)発生の可能性、高コスト、大量補液が出来ないのがデメリットとしてあげられます。



オンラインHDF

透析液の一部を分配し補液として用います。作業負荷軽減、大量補液が可能、低コストといったメリットがあげられます。その代わりに、嚴重な水質管理が必須条件となります。

オンラインHDFで改善が期待できる症状

透析掻痒症(かゆみ)



透析アミロイドーシスに起因する骨・関節痛



下肢イライラ感(RLS)



透析中の血圧低下



緑内障

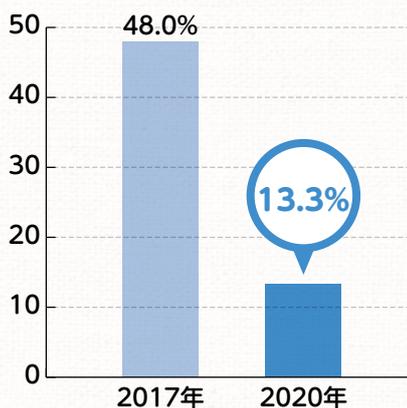


低栄養

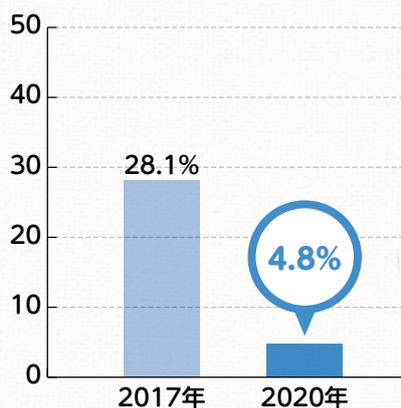


偕行会のオンラインHDF治療における治療成績 2017年と2020年での比較

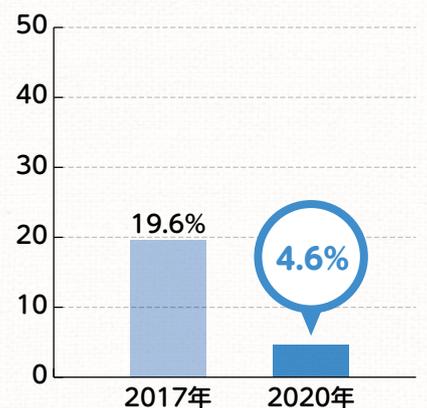
透析掻痒症(かゆみ)の患者割合



骨・関節痛の患者割合



下肢イライラ感(RLS)の患者割合



患者の皆様へ

オンラインHDFは、通常の血液透析に濾過を加えた治療となります。

偕行会では、オンラインHDF治療を積極的に実施する事で、透析掻痒症(かゆみ)、骨・関節痛、下肢イライラ感(RLS)の出現率を大きく下げる成果を上げてきました。

今後、この治療が全ての患者様に行っていくるよう努力していきます。

監修:医療法人偕行会 透析医療事業部 臨床工学技士 課長 上野 彰之



エンジョイ!

透析 クッキング

vol.40



ここがオススメ!

薄味でも美味しく頂ける、秋が旬の食材を多く使った献立です。

鮭のきのこあん

揚げ焼きにした鮭が香ばしく、和風あんをかけることでさっぱりと食べられます。



材料
(1人分)

生鮭	70g
酒	5g(小1)
小麦粉	3g(小1)
油	適量
ぶなしめじ	20g
えのき	10g
水	20g
濃口しょうゆ	7.5g
みりん	3g(小1/2)
酒	2.5g(小1/2)
水	5g(小1)
片栗粉	1.5g(小1/2)
かいわれ	5g

栄養量

エネルギー	191kcal
たんぱく質	17.3g
カリウム	393mg
リン	217mg
食塩相当量	1.2g

作り方

1. 鮭は食べやすい大きさに切り、酒につけておく。
2. ぶなしめじ、えのきは小房にわける。
3. 1の鮭に小麦粉をまぶし、油を熱したフライパンで揚げ焼にする。
4. 2を鍋で炒め、水、濃口しょうゆ、みりん、酒を加えてひと煮たちさせる。
5. 4に水溶き片栗粉でとろみをつける。
6. 皿に鮭、あんを盛り付け、かいわれを飾る。

・きのこは重量を守れば他の種類のもので構いません。とろみのつき方に合わせて片栗粉の量は調節をしてください。



こちらのレシピにも注目!



さつま芋ご飯

芋を茹でてから混ぜるので、簡単に作ることができます。

〈栄養量〉

エネルギー	368kcal
たんぱく質	5.6g
カリウム	138mg
リン	86mg
食塩相当量	0g

〈材料・1人分〉

米飯	200g
さつま芋	15g
黒ごま	2g



なすのポン酢かけ

なすを茹でる時に酢を加えると彩りよく茹で上がります。

〈栄養量〉

エネルギー	18kcal
たんぱく質	1.5g
カリウム	127mg
リン	25mg
食塩相当量	0.2g

〈材料・1人分〉

なす	50g
ポン酢しょうゆ	3g(小1/2)
おろし生姜	2g
かつお削り節	1g



カラフルマリネ

材料が温かいうちに調味液に漬けることで味が染み込みます。

〈栄養量〉

エネルギー	34kcal
たんぱく質	0.4g
カリウム	81mg
リン	11mg
食塩相当量	0.2g

〈材料・1人分〉

きゅうり	20g
赤ピーマン	10g
黄ピーマン	10g
穀物酢	5g(小1)
砂糖	1.5g(小1/2)
オリーブオイル	2g(小1/2)
塩	0.2g

一食全体の栄養量(ごはん200gを含む)

鮭のきのこあん・さつま芋ご飯・なすのポン酢かけ・カラフルマリネ	
エネルギー	611kcal
たんぱく質	24.8g
カリウム	739mg
リン	339mg
食塩相当量	1.6g

日本最大のレシピサイト「クックパッド」にレシピの掲載をしています。色々な透析食をご紹介しますので、ぜひご覧ください!

クックパッド かいこうかい

検索



今さら聞けない!

透析

Q&A

透析治療にはわからないこともいっぱい。
今さら聞けない基本的なことから
長年の疑問までなんでもお答えします。

回答いただいた先生
堀川 和裕先生



Q

糖尿病を患っていた家族が透析治療を始めることになりました。
どのようなことに注意しながら、家族としてサポートしていけば良いでしょうか。

A

透析が必要になった場合、ご家族に協力していただきたいことには以下のものがあります。

●食事について

透析をお受けになり始めると、食事療法の内容が変わってきます。糖尿病食や透析を始められる前の腎臓食から、**透析食への変更に途惑われる方が少なくありません**。糖尿病食よりもエネルギー（カロリー）を増やしたり、塩分・水分制限が厳重になったりします。血液検査の結果によっては、**カリウム制限（生野菜や果物の制限）やリン制限が必要**となります。**それぞれの患者さんによって、食事の内容が異なってきます**ので、**主治医や管理栄養士と相談**をしながら、食事の工夫をお願いします。

●足のケアについて

壊疽（えそ）という重大な合併症を防ぐため、**足に傷を作らないようにすることがとても大切です**。まずは足を見ることを習慣付けて下さい。糖尿病の方は視力が低下していることがありますので、**ご家族の方が足を観察することが大切です**。たとえ小さな傷であっても、見つけた時には透析をお受けになっている病院やクリニックのスタッフに連絡して下さい。また、足の爪を切るときには、**深爪をしないように手助けをお願いいたします**。

●シャントについて

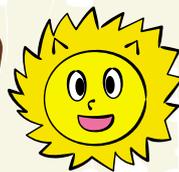
透析をお受けになっている方は、左右どちらかの腕に**シャントという太い血管**をお持ちになっています。このシャントは透析をお受けになるときに必要ですから、シャント（を流れる血液）が止まらないように注意をしなければなりません。**シャントの血管を強く圧迫することは避けて下さい**。シャントの血管を指で触れると「びりびり」という感じがわかると思います。また、耳にあてていただく「ザーザー」「ゴーゴー」という音が聞こえます。**こうした感触や音に変化がないかどうか、定期的にチェック**していただきたいと思います。

●通院について

透析をお受けになっている方の体調が良くないときには、**通院の手助け（送迎）**が必要となることがあります。例えば、**熱が出たとか、おなか痛いなどというとき**にも透析に来ていただく必要がありますから、このようなときにはご家族にご協力をお願いすることがあります。

透析に関する質問を募集中です！ふだん気になっていることなど、皆様からの質問をお待ちしております。

ひだくんの もっと知りたい!



患者様の役に立つ情報をお届けするYouTubeチャンネルをご紹介します!!

7月より
借行会グループ公式YouTubeチャンネル
をスタートしました。

「おもしろい×ためになる」をコンセプトに、医療機関ならではの動画を配信しています。

ご自宅や職場ですぐ実践できる健康体操をはじめ、認知症カフェで行っている音楽療法、正しい換気やマスクの着脱方法などの感染対策をテーマにした内容など、コンテンツが盛りだくさん! 今後はグループ内の施設紹介や皆様が気になる治療や検査についても配信予定です。動画は**隔週金曜日のお昼頃に配信!**是非ご覧ください。



イメージ▲



撮影風景▲



チャンネル登録も
お待ちしております!

チャンネル登録はコチラから!▶

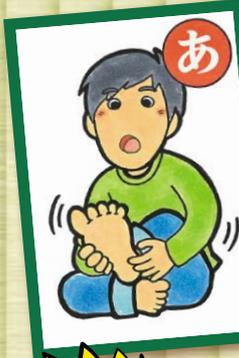


YouTubeのサイトで「かいこうかい」と検索してください!

遊んで
楽しむ
遊楽学

透析かるた

透析生活についての
注意点やアドバイスなどを
テーマにしたかるたをご紹介します。
五十音順に毎号少しずつ
掲載いたします。



あ

よく足
ツク観
ト見察
ケて触
ア っ
て



う

運
移
植
も
で
き
る
ば



い

痛
い
痒
い
は
自
分
持
ち



透析かるた大募集！ 透析かるたの文章を募集します！下記アンケートにご記入ください

●応募方法／下記のアンケート用紙にご記入の上、受付の回収BOXまたは事務スタッフにお渡しください。

ひだまり表紙写真大募集！ 皆さんの素敵なお写真で「ひだまり」の表紙を飾ってください！

季節感のある風景写真(人物写りこみ不可)をご応募ください。

■応募方法 下記のアンケート用紙に必要事項をご記入の上、受付の回収BOXまたは事務スタッフにお渡しください。後日、改めて個別にエントリー方法をご案内いたします。

■募集期間 随時募集しています。ご応募いただいたお写真を発行時期に合わせて随時選考をさせていただきます。

ひだまり vol.40 アンケート

今号の「ひだまり」の内容について、アンケートのご協力をお願いします。

1 今回のコーナーで「面白かった」ものは次のどれですか？

- | | |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 特集 オンラインHDF | <input type="checkbox"/> ひだくんのもっと知りたい! |
| <input type="checkbox"/> エンジョイ! 透析クッキング | <input type="checkbox"/> 透析かるた |
| <input type="checkbox"/> 今さら聞けない! 透析Q&A | <input type="checkbox"/> やってみよう! 脳のトレーニング |

3 表紙写真に応募ご希望の方はこちらにご記入ください。(ペンネーム:)

ご希望の
応募方法

- | | |
|-----------------------|--------------------------------|
| ①写真データ(SDカードなど)を受付に提出 | ③メールで送信 後日応募用のメールアドレスをお知らせします。 |
| ②プリントした写真を受付に提出 | ④その他() |

※お預かりしましたSDカードやお写真は後日返却させていただきます。

4 「透析かるた」投稿欄 (ペンネーム:)

お名前 _____

クリニック名 _____

男性 ・ 女性

年齢 _____

歳 _____

ご協力ありがとうございました

ご記入いただいた用紙は
各クリニックの受付にある回収BOX
または事務スタッフへお渡しください。

透析中の気分転換などに、頭の体操はいかがですか？



やってみよう！

脳のトレーニング



第4回 いま、何時？

回転している時計は何時を差しているのか考えてみましょう（Q2は反転もしています。）

Q1



Q2



答えは6ページの一番下をご覧ください！

偕行会 透析グループ

AICHI

名古屋共立病院

〒454-0933 愛知県名古屋市中川区法華一丁目172番地
TEL 052-362-5151

偕行会城西病院

〒453-0815 愛知県名古屋市中村区北畑町四丁目1番地
TEL 052-485-3777

偕行会セントラルクリニック

〒454-0933 愛知県名古屋市中川区法華一丁目206番地
TEL 052-363-7373

名港共立クリニック

〒455-0021 愛知県名古屋港区木場町8番地202
TEL 052-698-3077

海部共立クリニック

〒498-0006 愛知県豊田市佐古木二丁目280番地1
TEL 0567-65-1171

偕行会リハビリテーション病院 透析室

〒490-1405 愛知県豊田市神戸五丁目20番地
TEL 0567-52-3883

豊田共立クリニック

〒470-1201 愛知県豊田市豊栄町十丁目59番地
TEL 0565-74-0774

浄水共立クリニック

〒470-0343 愛知県豊田市浄水町伊保原300番地
TEL 0565-47-0200

半田共立クリニック

〒475-0862 愛知県半田市住吉町二丁目166番地
TEL 0569-32-1700

安城共立クリニック

〒446-0065 愛知県安城市大東町4番14号
TEL 0566-73-0610

碧海共立クリニック

〒446-0053 愛知県安城市高棚町中島115番地1
TEL 0566-73-2710

瀬戸共立クリニック

〒489-0916 愛知県瀬戸市平町二丁目19番地
TEL 0561-86-0555

新型コロナウイルス、本当に危険なのは秋冬

春過ぎから夏にかけて、活性が低下すると思われていたものの、実際は8月7日に全国で**新規感染者数が1,600名を越える**など、衰えを見せることはありませんでした。また、これからの季節は人体も**低温になるとウイルス感染を起こしやすく、湿度が低くなると鼻粘膜が乾燥してウイルスを侵入させやすくなります**。また、秋以降には**インフルエンザの流行する季節**がやってきます。ご自身が感染しない、広めないようにするため、これまで以上に感染対策に努めましょう。



SHIZUOKA

静岡共立クリニック

〒422-8006 静岡県静岡市駿河区曲金四丁目1番25号
TEL 054-284-7222

城北共立クリニック

〒420-0805 静岡県静岡市葵区城北111番地1
TEL 054-249-2555

掛川共立クリニック

〒436-0020 静岡県掛川市矢崎町2番地3
TEL 0537-61-5511

佐鳴台あさひクリニック

〒432-8021 静岡県浜松市中区佐鳴台五丁目20番10号
TEL 053-415-3500

高丘北あさひクリニック

〒433-8119 静岡県浜松市中区高丘北二丁目29番63号
TEL 053-430-5353

NAGANO

駒ヶ根共立クリニック

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂4269番地
TEL 0265-82-5022

GIFU

中津川共立クリニック

〒508-0011 岐阜県中津川市駒場1666番地1122
TEL 0573-65-8777

MIE

くわな共立クリニック

〒510-8101 三重県三重郡朝日町大字縄生353番地1
TEL 059-376-3030

TOKYO

駒込共立クリニック

〒113-0021 東京都文京区本駒込六丁目25番地4号 中居ビル2・3F
TEL 03-3941-9988

豊島中央病院

〒170-0012 東京都豊島区上池袋二丁目42番21号
TEL 03-3916-7211

SAITAMA

さいたまほのかクリニック

〒337-0017 埼玉県さいたま市見沼区風渡野29番1
TEL 048-681-6211



このカタログは環境にやさしい植物油インキを使用して印刷しています。



見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



ミックス
責任ある木質資源を使用した紙
FSC® C019709