

ひだまり

みなさんと「一緒に歩く」透析情報誌

vol.20

特集
SPECIAL NEWS

ハイパーサーミア治療の ご案内

エンジョイ！透析クッキング

今さら聞けない！透析Q&A

ニコニコスタッフ紹介

川柳倶楽部

やってみよう！間違い探し



まりーちゃん



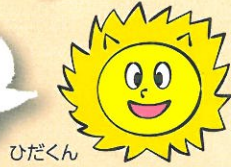
ひだくん

UD FONT
by MORISAWA

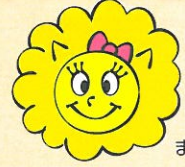
見やすいユニバーサル
デザインフォントを
採用しています。

ハイパーサーミア治療のご案内

ポクたちが
ご紹介します!



ひだくん



まりーちゃん

「ハイパーサーミア治療」とはあまり聞きなれない言葉ですが、体を温めて病気を治す「温熱療法」の1種で、「がん」に対する治療法として注目されています。患者様の体に優しく、投薬や手術など他のがん治療の効果も上がるという「ハイパーサーミア治療」を今回はご紹介いたします。

透析患者様は腎がんにご注意!

透析を受けている方は腎臓に毒素が溜まりやすいため、一般の人に比べて腎がんの発症率が高いと言われています。

1 ハイパーサーミア治療について

熱に弱いがん細胞の性質を利用した治療方法です

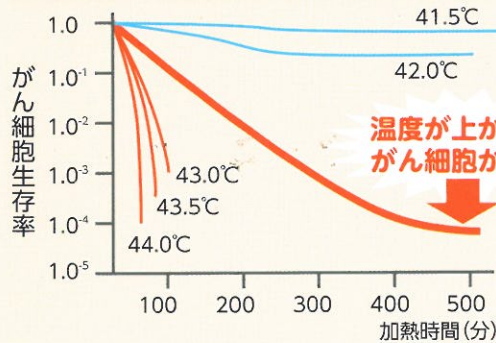
「ハイパーサーミア治療」を簡単に説明すると「がん病巣を温める」治療法です。がん細胞は正常な細胞に比べて熱に弱く、42℃以上の高温で死ぬことが解っています。この性質を利用して、高周波を使って体を温め、がんを治療するのが「ハイパーサーミア治療」です。

名古屋共立病院では2015年6月よりハイパーサーミア治療を行っています。

なぜがん細胞は熱に弱いのか?

正常な細胞の場合、熱が加わると血管が広がり、放熱を始めるので42℃以上の高温にも耐えられます。しかし、がん細胞は血管を拡げることができません。そのため、熱が加わっても放熱することが出来ず、高温には耐えられずに、細胞自体が死滅するのです。

加熱によるがん細胞の生存率

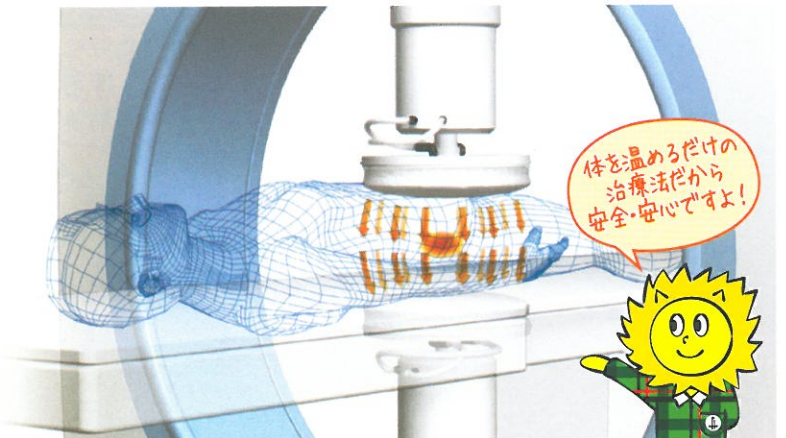


熱を加えてがん細胞だけを減らすのね!



2 どんな治療を行うの?

がん病巣を中心に2枚の電極版で体を挟み、8MHz(メガヘルツ)の高周波を流すことで、体を温めます。手術などで体にメスを入れるのとは違い、体を温めるだけなので、ダメージが少なく安全な治療法です。また、電極板にはボラスという水袋がついており、高温で皮膚が火傷しないように保護しています。



体を温めるだけの治療法だから安全・安心ですよ!



3 ハイパーサーミア治療のメリット

ハイパーサーミア治療は他のがん治療の効果を高めます。

ハイパーサーミア
がん温熱療法

手術 放射線 抗がん剤

●手術…がんを小さくしてから手術ができます。手術と併用して再発が抑えられます。

●放射線…がん細胞に放射線が効きやすくなります。

●抗がん剤…がん細胞に取り込まれやすくなるので、抗がん剤の量を減らすことができます。

●その他にもこんなメリットがあります

体へのダメージが
少ない安全な治療法

体を温めるだけなので副作用がほとんど無く、何度でも受けられます。

患者様の
生活の質が向上

がん細胞の数が減るため、痛みが和らぎ、生活が楽になります。

様々な種類の
がんにも効く

初期から末期まで、様々なタイプのがんに有効な治療結果が出ています。

保険適用が可能

「他のがん治療の効果があがるのはうれしいわね！」



4 実際の治療について

治療を開始する前に、医師の診察や各種検査を受けていただきます。

ハイパーサーミア学会認定医の研修を修了したスタッフが対応します。



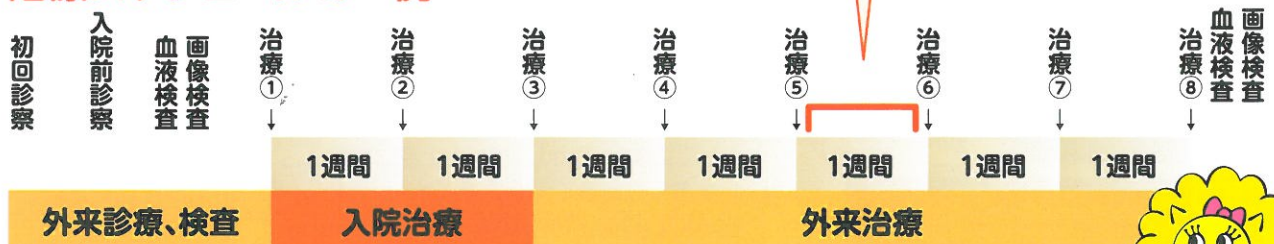
●治療時間と回数について

- ・治療は透析のない日に約1時間行います。
- ・入院して3回、病院に通って5回の合計8回治療を受けていただきます。

治療は1週間ごとに行います

人間の体は温められると「熱ショックたん白」が生まれ、熱に慣れてしまいます。そうするとハイパーサーミア治療の効果が弱まってしまうので、「熱ショックたん白」が消える72時間以上の間隔を空けて治療を行います。

治療スケジュールの一例



※入院中は、人工炭酸泉の足浴を毎日行い免疫力向上に努めます。

●治療後

- ・ハイパーサーミアの治療中は汗を多くかきますので、終わった後は、脱水症状を防ぐために適度の水分補給を行ってください。

治療を受けた後には、シャワーも使えますよ！



5 治療を受けた透析患者様の感想



偕行会リハビリテーション病院
高橋 清和さま

- 治療を受けた箇所……………腹部
- これまで治療を受けた回数 ……7回

Q1 ハイパーサーミア治療を受けてみようと思ったきっかけは何ですか？

A1 がん患者の友人からハイパーサーミアのパンフレットを渡されたのがきっかけです。「副作用がほとんど無い」という説明を読んで興味を持ちました。いつも通っている病院に聞いてみたら、そこで治療を受けられるとのことだったので、すぐに申し込むことを決めました。

Q2 治療を受けている間はどのような気分でしたか？

A2 私の場合は結構熱かったですね。でも、我慢できないほどではありませんでした。それに、治療を受けている間は看護師さん達がつきっきりでくれるので心配ありません。「熱い」と伝えたらタオルで拭いてくれたり、冷たいゼリーを体に塗って冷ましてくれるので安心できます。久しぶりに汗を多くかいたので、終わった後はサウナみたいですっきりしましたよ(笑)



治療中の様子

Q3 実際に治療を受けてみて良かった点は何ですか？

A3 以前は抗がん剤治療を受けていたのですが、食べ物を受けつけなくなったり、副作用がきつかったんですよ。でも、ハイパーサーミアは体が熱くなるだけで、終わった後に体調を崩すようなことは無いので楽ですね。それに、治療を受けた次の日の透析にも全く影響がないので、安心して治療を受けることが出来るのが気に入っています。

Q4 これからも治療を続けていきたいと思いませんか？

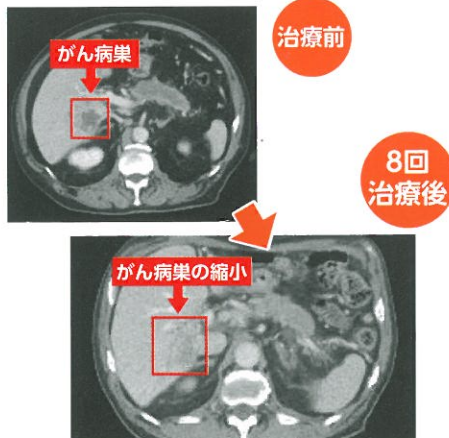
A4 副作用が無く透析にも影響が無いので、これからも受けていきたいですね。次の治療で8回目になるので、今はその後の画像検査の結果が楽しみです。がんが小さくなってうれしいですし、サイズが変わってなくても、がんの進行を止めたということで効果があったということですから。

ご協力ありがとうございました。



6 ハイパーサーミア治療の効果

●病名 膵がんの肝転移(67才・男性) ※下記の写真はインタビューを受けた患者様とは別の患者様です。



新たな治療法や薬剤が開発され治療法が進歩してもいるにも関わらず、いまだに2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。がんの治療は、がんの大きさを縮小させることを主な目的としています。しかし、がんと上手に共存しすこしでも長く元気に過ごす“生活の質(QOL)の向上”もとても大切なことだと思います。そのための治療法として、からだの負担や副作用が少ないハイパーサーミアがあることを、多くの方に知っていただきたいと思っています。



名古屋共立病院
ハイパーサーミアセンター
統括部長 山田 雅己

興味のある方は病院・クリニックのスタッフへお問い合わせください。



エンジョイ!

透析 クッキング vol.20



ここがオススメ!

酸味や香辛料をきかせることで揚げ物もさっぱりと食べることができ、減塩にもつながります!

秋野菜と鶏肉の ピリ辛あんかけ

旬の秋野菜を揚げて色鮮やかに仕上げた食欲をそそる一品です。



栄養量

エネルギー.....309kcal
たんぱく質.....15.3g
カリウム.....478mg
リン.....166mg
食塩相当量.....1.0g

材料 (1人分)

鶏もも肉.....70g
酒.....5g(小さじ1)
片栗粉.....3g(小さじ1)
なす.....30g
れんこん.....20g
にんじん.....20g
いんげん.....10g
揚げ油
しょうゆ.....6g(小さじ1)
酢.....5g(小さじ1)
A 砂糖.....3g(小さじ1)
かつおだし.....15g
唐辛子.....0.1g
水溶性片栗粉.....少々
糸唐辛子.....0.1g

作り方

1. 鶏肉は一口大に切り、酒につけておく。
2. なすは乱切りにし水にさらす。
3. れんこんは5mm程の厚さに切り、にんじんは型抜き、いんげんは4cmほどの長さにし、それぞれ茹でこぼす。
4. 鍋に油を熱し、水気をきった野菜を素揚げにする。
5. 1の酒を軽くふき取り片栗粉をまぶして揚げる。
6. Aを火にかけてとろみをつける。
7. お皿に鶏肉、野菜を盛り付け⑥のあんをかけ、糸唐辛子を飾る。

・なすは水っぽくなってしまいますので茹でこぼしせずに水さらしのみを行ないます。
・あんかけは水分が多くなりやすいです。おかずの組み合わせに注意しましょう



こちらのレシピにも注目!



ピーマン味噌炒め

しめじは風味を残すためにそのまま使います。量を守るようにしましょう。

〈栄養量〉

エネルギー.....47kcal
たんぱく質.....1.3g
カリウム.....137mg
リン.....27mg
食塩相当量.....0.6g

〈材料・1人分〉

ピーマン.....20g
赤パプリカ.....20g
しめじ.....10g
ごま油.....2g(小さじ1/2)
米みそ.....5g
みりん.....3g(小さじ1/2)



大根の柚子和え

柚子の果汁・皮を使うことでより香りを楽しむことができます。

〈栄養量〉

エネルギー.....13kcal
たんぱく質.....0.1g
カリウム.....75mg
リン.....5mg
食塩相当量.....0.2g

〈材料・1人分〉

大根.....30g
柚子(果汁)
.....2.5g(小さじ1/2)
酢.....2.5g(小さじ1/2)
砂糖.....1.5g(小さじ1/2)
塩.....0.2g
柚子(果皮).....少々

※詳しい作り方は「透析食のレシピ」ブログに掲載されています。

一食全体の栄養量(ごはん200gを含む)

秋野菜と鶏肉のピリ辛あんかけ・ピーマン味噌炒め・大根の柚子和え
エネルギー.....688kcal
たんぱく質.....21.9g
カリウム.....756mg
リン.....271mg
食塩相当量.....1.8g

偕行会の管理栄養士たちのレシピがブログになりました。いろいろな透析食のレシピを詳しく掲載しておりますので、ぜひご覧ください。

「透析食のレシピ」 <http://tousekirecipe.jugem.jp/>



今さら聞けない!

透析

Q&A

vol.18

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。

今回の先生

さいたま
ほのかクリニック院長
堀川 和裕先生



Q

なぜシャントには寿命があるのですか?

A

● 動脈と静脈について

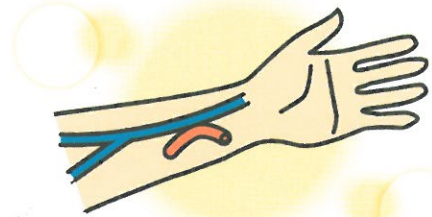
シャントは、**動脈と静脈をつなぎ合わせている**ものです。まず、わかりやすい体の場所として「腕の動脈と静脈」を考えてみましょう。心臓というポンプの力で、手の平に向かって血液を送っているのが動脈です。ポンプで送られていますから、たくさん血液が流れ、かつ流れが速いのです。動脈に触れるとドキドキと脈を打っています。どこをさわっても脈を打っているのが動脈です。逆に手の平から心臓に向かって血液を送っているのが静脈です。指の先までいって、戻るときは、ユルユルと帰ってきます。血流が少なく、その流れも遅いのです。

● シャントの構造

透析は、静脈側から血液を体外に出し、キレイにして戻す治療です。そのために、**静脈にもたくさんの血液を流し、さらに流れを速くしたい**のです。そこで、**シャントという手術を行い、動脈と静脈をつなぎます**。本来、ユルユルと帰ってきているはずの静脈(シャントをつくった部分)が、動脈と同じように、たくさんの血液が流れ、流れも速くなります。しかし、静脈が本来とは違う状態(非生理的な状態)になるので、さまざまな問題が生じるのです。

● シャントに寿命が来る理由

シャントの血流が止まる原因はいくつかあります。とくに、吻合部と呼びますが、**動脈と静脈をつなぎ合わせたところが泣き所**になりますので、この場所についての説明をします。動脈から静脈に急カーブで血液が曲がっていくので、血管の壁に血液が圧力をかけます。血液というのは、ただの水分ではなくて、赤血球や血小板などのたくさんの粒が含まれているわけです。**たくさんの圧力がかかるので、それに反応して血管壁(内側)が厚くなって**くるのです。それが徐々に進んで、**狭くなって血液が流れにくくなる(狭窄)**だけでなく、さらにすすめば**血液が止まってしまう(閉塞)**といいます。このように、シャントは、その構造上、寿命が来てしまうものなのですが、できるだけ、**よいシャントの状態を持続させるために「シャントの管理」が重要**です。



透析に関する質問を募集中です!気になっていること、困っていることなど何でも構いません。本誌6ページ下のアンケート用紙にご記入の上、クリニックの事務スタッフにお渡しください。皆様の質問をたくさんお待ちしております。

ニコニコスタッフ紹介!

質問

- 1 なぜこの仕事に就こうと思いましたか?
- 2 クリニックのいいところを教えてください。
- 3 患者様へのメッセージ



**偕行会
セントラルクリニック
准看護師 ヌルジャナ**

- 1 透析医療は特別な治療なので、良いチャレンジだと思っています。毎日楽しく学んでいます。
- 2 スタッフの皆さんはやさしくて楽しい方ばかりなので、現場は明るい雰囲気です。
- 3 私の日本語は分かりにくいかも知れませんが、少しでも患者様の為のお手伝いが出来ればと思っています。



**城北共立クリニック
あまの ひで き
臨床工学技士 天野 秀紀**

- 1 機械の知識だけでなく医療の知識も学べるため、色々なことに興味を持つ事が出来たからです。
- 2 スタッフの皆が患者様にもスタッフ同士でも優しくとても働きやすい職場です。
- 3 透析医療だけでなく何をしてあげれば患者様のためになるのか常に考え仕事に取り組もうと思っています。透析に来る事が楽しいと感じていただければ嬉しいです。

川柳倶楽部

透析生活の中で、
ちょっとした「笑い」をくれる川柳。
このコーナーでは、患者の皆様から
今までに投稿された作品の一部を紹介いたします。
まだ作ったことのないあなたも、
気軽に参加してみませんか？



秋の陽に
柿は色づき
食べ頃よ

静ちゃんさん

「ピツピツ」と地鳴き
秋を告げ

やまちゃんさん

軽く言う
さんま食いたい
又さんま

あぎちゃんさん



次回の川柳テーマは
【冬】です。
たくさんのお応募
お待ちしております！

川柳大募集! 川柳を採用させていただいた方にはサンクスカードを贈呈しております。

●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 vol.20 アンケート

今号の「ひだまり」の内容について、よろしければ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？
- 特集 ハイパーサーミア治療のご案内 ニコニコスタッフ紹介
 エンジョイ! 透析クッキング 川柳倶楽部
 今さら聞けない透析Q&A やってみよう! 間違い探し
- 今後特集ページで取り上げて欲しい事がありましたらご記入ください。

- 2 「川柳倶楽部」投稿欄 (ペンネーム: _____)

- 3 「透析Q&A」で医師に質問したいことがありましたらご記入ください。

- 4 この雑誌に関するご意見・ご感想をお願いします。

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。

裏表紙の間違い探しの答え

①林の奥にいるシカの向き ②右上にいるウサギの右耳がまっすぐ/曲がっている ③女の子が持っている筆の色 ④切り株の左に生えているキノコの数 ⑤右下の絵に描かれているものがさつまいも/栗

やってみよう!

間違い探し

下の2つの絵には、違うところが5つあります。
間違いを探してみましょう!
答えは6ページの一冊下をご覧ください。



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四丁目1番
TEL 052-485-3777
- 偕行会セントラルクリニック**
〒454-0932 愛知県名古屋市中川区中島新町三丁目2518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 愛知県弥富市佐古木二丁目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 愛知県弥富市神戸五丁目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
- 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番地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



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二丁目3番地
TEL 0537-61-5511

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 三重県三重郡明日町大字繩生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2-42-21
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波野29番地1
TEL 048-681-6211

