

ひだまり

みなさんと「一緒に歩く」透析情報誌

vol.21

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。

- ニ 年始のご挨拶
- ニ エンジョイ！透析クッキング
- ニ 今さら聞けない！透析Q&A
- ニ ニコニコスタッフ紹介
- ニ 川柳倶楽部
- ニ やってみよう！間違い探し



特集
SPECIAL
NEWS

- ① 書籍のご紹介
- ② 新たな取り組み

偕行会グループ 会長より

年始のご挨拶

医療法人偕行会グループ 会長
川原 弘久



謹んで新年のお慶びを申し上げます。昨年は目標であった透析患者数が三千名を超え定着しました。これで質量ともに全国で有数の透析グループになりました。単に患者数だけならば関東圏にある透析グループにはかないませんが、偕行会の透析は透析合併症対策を重視してきたので医療の質が決定的に違います。人工炭酸泉を利用した末梢動脈疾患対策や慢性心不全対策は他施設に明らかな格差をつけていると思います。とくにアンモニアPETを利用した末梢の心筋障害の検証と人工炭酸泉を利用した治療評価はグローバルにも評価される研究です。ただ偕行会は広域で透析医療を展開しているので地域によってはこのような高度な医療を受けきれない患者が多いのは悩みの種です。愛知以外の透析患者が名古屋へきて検査や治療を受けることは大変な困難を伴うことは重々承知していますが、偕行会グループの透析医療を一層強化するために患者の皆様方にも御理解を御願ひする次第であります。

また、人工炭酸泉浴については幻冬舎から「血管年齢が若返る炭酸浴」が全国に向けて出版されました。また今年にはローマにおけるヨーロッパの脈管学会で山田哲也先生がシンポジウムに参加されることになっていますしアメリカでの発表も予定されています。

さて偕行会の透析医療もしばらくは施設増という点では動きはありませんでしたが、今年は2施設増を考えています。一つはM&Aで、もう一つは偕行会セントラルクリニック近辺での新設です。全国的に透析患者が伸び悩む時期ですが可能性のある時には積極的に投資を行っていきます。今後は後継者不足からM&Aの対象も広がってゆくことでしょう。また偕行会の透析医療はグローバル展開も視野に入れています。すでにインドネシアでは活動を開始しています。ただ残念なことに今日のインドネシアの透析医療はその償還価格がとても低く現在のところでは施設展開は困難です。そのため来るべき時期に備えて現在は基礎固めを行っているところです。すなわちインドネシア大学のダルマイザー教授のグループとの交流を深めるとともに、インドネシア腎臓学会所属の各地の先生方の日本への短期留学を行っています。この後はインドネシアの経済発展とそれに伴う医療費の増加をまたなければなりません、5年から10年の計画になるでしょう。

個人的には今年小生は後期高齢者になりますが正直なところピンときません。心の中はまだ壮年期の心だと考えています。皆様とともに第二の黄金期を創り上げてゆきたいと思っています。

心筋梗塞、脳梗塞、脳卒中・・・
日本人の命を脅かす病気の原因は
血管の老化だった。



1日15分の炭酸浴で血管は若返る!

血管年齢が若返る 「炭酸浴」

偕行会グループ会長
川原弘久 著

全国書店にて販売中

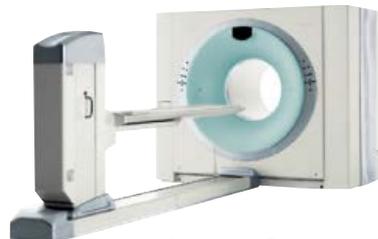
ご購入を希望される方は、
職員までお申し付け下さい



新たな取り組み

① アンモニアPET検査のご案内

透析患者様の死亡原因として一番多いのは、心不全、心筋梗塞などの心疾患です。そこで、名古屋放射線診断クリニックでは、**心疾患を早期発見するために「アンモニアPET心筋血流検査」を行います。**この検査は、微量な放射線を出すようにしたアンモニアという薬剤を血管に投与し、心臓に集まったアンモニアから出る放射線の量を調べることで、**心臓の血流状態を詳しく知る**ことが出来ます。従来の心臓検査は透析患者様に運動して頂くため、負担が大きいことが問題でしたが、この検査では**患者様への負担はほとんどありません。**使用する放射線も微量なので健康に影響はなく、保険にも適応しているため、**安心して検査を受けて頂くことが可能**です。



検査機器「PET-CT」

② ご自宅からクリニックへ長く通院いただけるよう、新たに透析患者様に特化した介護事業に挑戦致します！



画像は静岡共立クリニックです

静岡共立クリニックから南へ1km程離れた場所に、デイサービス・訪問介護・宿泊の3つの機能を持ち**ご自宅を中心に利用出来る小規模多機能型居宅介護施設を開設**することになりました。この施設は介護保険制度により運営され、月額費用が定額(一部費用負担有)となり**通院に不安がある方も安心してご利用**頂けます。透析患者様に特化した小規模多機能型居宅介護施設は静岡県中部そして**偕行会グループとしても初の試み**となります。透析医療と介護の連携を高め患者様とご家族に、長く元気に笑顔でお過ごし頂けるよう職員一同全力で取り組んでまいります！

③ 「グループホーム城西」のご紹介

認知症の高齢者のための共同生活介護事業所「**グループホーム城西**」を平成28年度に偕行会城西病院の隣接地にて**開設**致します。かねてより、名古屋市が募集していたグループホームの開設事業者に応募しており、この度**偕行会の計画が採択**されました。採択にあたって、開設予定の地域がグループホーム未整備であったことと、偕行会の城西病院による認知症対策への取り組みが評価されました。開設にあたり、**入所される患者様のことを第一に考えた「暮らしやすい」施設運営**を心がけていきますのでお願いいたします。



完成イメージ

平成28年
 10月1日より
 開所予定

施設名称	認知症高齢者グループホーム城西(仮称)	定員	27名	予定地	中村区北畑町4丁目1番地
-------------	---------------------	-----------	-----	------------	--------------

エンジョイ!

透析 クッキング vol.21

海老マヨカナッペ

シューマイの皮を使ってカナッペ風に。
むき海老を、揚げ焼きにすることで、
手軽に作れます。



写真は7人分(海老マヨカナッペは5人分)です

ここがオススメ!

少量ずつ取り分けるメニューにすることで、食べる量を調節しやすくしています。

一人分量

栄養量	エネルギー	77kcal
	たんぱく質	4.3g
	カリウム	76mg
	リン	49mg
	食塩相当量	0.2g

材料	むき海老	20g
	(酒)	少々
	薄力粉	2g
	オリーブ油	2g
	マヨネーズ	2.5g
	ケチャップ	1.5g
	A 砂糖	0.5g
	レモン汁	0.1g
	こしょう	0.1g
	しゅうまいの皮	1枚
	パプリカ	5g
	乾燥パセリ	0.1g

- 作り方
1. むき海老は酒で洗う
 2. パプリカは食べやすい大きさに切り茹でこぼす
 3. しゅうまいの皮をトースターで2分程焼く
 4. 水気を拭いた海老に薄力粉をまぶし、オリーブ油で焼く
 5. 合わせ調味料Aに4を和える
 6. 3のしゅうまいの皮に盛り付け2のをせ、乾燥パセリをふる

こちらのレシピにも注目♪ それぞれ一人分量

和風ミートローフ風
つなぎが無い分しっかりこねてください。

〈材料〉	
合いひき肉	60g
酒	5g
しょうゆ	1g
こしょう	0.1g
だいこん	3g
にんじん	3g
油	1g
しょうゆ	3g
酒	5g
にんにく	0.5g
リーフレタス	3g

ポテトサラダ(軍艦巻き)
ポテトをきゅうりで軍艦巻き風に...

〈材料〉	
じゃがいも	30g
マヨネーズ	4g
こしょう	0.1g
きゅうり	10g
トマト	10g
レモン	1g
スプラウト(かいわれ)	1g
味ぽん	2.5g
水	2.5g
コンソメ	0.1g

ポトフ
茹でこぼした野菜をコンソメで煮るだけ。

〈材料〉	
大根	35g
キャベツ	15g
こしょう	0.1g
コンソメ	1g
水	適量

林檎のワイン煮
茹でこぼした林檎を、ワインと砂糖でじっくり煮る。

〈材料・1人分〉	
りんご	30g
白ワイン	15g(大さじ1)
水	30g(大さじ2)
砂糖	1.5g(小さじ1/2)

ターメリックライス
鮮やかな黄色が華やかなターメリックライスです。

〈材料〉	
米	80g(炊き上がり約180g)
ターメリック	0.5g
食塩	0.2g
バター	5g
パセリ	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

海老マヨカナッペ・和風ミートローフ風・ポテトサラダ・ポトフ・林檎のワイン煮・ターメリックライス	
エネルギー	676kcal
たんぱく質	21.9g
カリウム	710mg
リン	268mg
食塩相当量	1.7g

借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.19

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

2・3年前より両肩、膝などが常に痛み、夜はとくにひどくなります。
主治医からは「透析アミロイドーシス」と言われました。

A

長期間透析をお受けになっている方の合併症に「透析アミロイドーシス」があります。**骨や関節にアミロイドと言う物質が沈着して、肩などの関節痛や手根管症候群と呼ばれる手指のしびれや痛みの原因**となります。このアミロイドの主な構成成分はβ2ミクログロブリンという物質であることが知られています。ですから、アミロイドをつきにくくしてアミロイドーシスを予防するために、**透析でβ2ミクログロブリンをたくさん除去すること**が行われています。

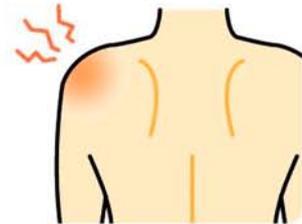
具体的には、**高機能膜を使用したダイアライザーを用いた透析や、HDF(血液濾過透析)と呼ばれる治療に変更**する方法があり、いずれも私たち偕行会グループの透析施設が積極的に取り組んでいます。

透析に、β2ミクログロブリンを吸着する装置(リクセルと言う商品名です)を加えて治療を行うと、血液中のβ2ミクログロブリンの除去量を増やすことができます。しかし、このリクセルの保険適応は手根管症候群の手術をお受けになっている方など、限られた方にしか使用できないことになっていて、すべての患者さんに使えるわけではありません。

透析液を限りなくきれい(超清浄化)にすることも、アミロイドの沈着を防ぐために重要であると報告されています。透析液の超清浄化も、偕行会グループが取り組んでいる大きなテーマの一つであり、安心して透析をお受けになっていただきたいと思います。

我が国ではなかなかチャンスがないのが実情ですが、腎移植をお受けになると透析アミロイドーシスの症状が軽快することが知られています。

なお、上に書きました高機能膜のダイアライザー、HDFと言う治療方法やリクセルに関しては、透析の主治医や透析室のスタッフにお尋ねになってみて下さい。



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



豊田共立クリニック
むらかみみな
看護師 村上美奈

- 1 高齢化社会を迎えて、透析分野を学んでみようと思い、この職場を選びました。
- 2 先生をはじめスタッフも和気あいあいと仲が良いです。また、子育てに理解のある環境で助かります。
- 3 週3回の透析が少しでも苦痛なく通院できるようにスタッフみんなが援助していきます。



透析医療事業部
みわなおひみ
診療放射線技師 三輪尚史

- 1 どんなことでもいいので誰かの役に立てたらという思いが学生の時からあったので、医療の道を志そうと思いました。
- 2 医師、看護師、臨床工学技士など他職種の方々と連絡が取りやすい、気軽に相談できるところです。
- 3 一日に一回ご自分のシャントの音を聞いてみてください。シャントは透析の命綱ともいわれております。血管には限りがありますので、シャントを大事になさってください。

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？



ただいまに
ホットな迎えは
トイレだけ

南区のハリマオさん

冬散歩
吐息凍てつく
寒の入り

山ちゃんさん

としがあけ
さるとしなのに
きちやっただよ

あきちゃんさん

本年も
いよいよさいご
寒い冬

ヒマワリ司郎さん

透析へ
小雪ちらつく
中急ぐ

秀さん



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。

今回の川柳テーマは
【嬉しかった事】です。
たくさんの応募
お待ちしております!

キリトリ✂

ひだまり vol.21 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？

- | | |
|-----------------------------------------|----------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 特集① 書籍のご紹介 | <input type="checkbox"/> ニコニコスタッフ紹介 |
| <input type="checkbox"/> 特集② 新たな取り組み | <input type="checkbox"/> 川柳倶楽部 |
| <input type="checkbox"/> エンジョイ! 透析クッキング | <input type="checkbox"/> やってみよう! 間違い探し |
| <input type="checkbox"/> 今さら聞けない透析Q&A | |

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左上の猫のしっぽが下がっている／上がっている ②右上の太陽の位置 ③左端のみかんの数 ④左下のおもちの大きさ ⑤女の子がはいている靴の色

間違い探し

やってみよう!

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 愛知県名古屋市中川区北畑四丁目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

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渡野29番地1
TEL 048-681-6211

