

ひだまり

みなさんと「一緒に歩く」透析情報誌

vol.45



偕行会クリニック リニューアルのご案内

- 年始のご挨拶
- ひだくんのもっと知りたい!
- エンジョイ! 透析クッキング
- 透析Q&A
- 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



まりーちゃん



ひだくん

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

新しい年を迎えられました皆様に心より御祝いを申し上げます。過去2年にわたって新型コロナウイルス感染症に世界中が翻弄されましたが、完全に終息するにはもう少し時が必要のようです。しかし間もなく内服薬が市場に出回るようになるのでそれが有効なら感染があってもさほど心配はないと思いますが、世界的にみるならワクチンや内服薬を買えない最貧国に対する対策が必要です。しかしWHOや国連もたいした力にはならないと考えます。

さて、偕行会の透析医療の課題を考えてみたいと思います。偕行会グループはこれまで合併症対策に十分な力を注いできました。その重点は心血管系の合併症対策でした。今日ではアンモニアPETを活用して早期に虚血性心疾患を発見することが可能ですし、冠動脈の拡張術やバイパス手術や人工炭酸泉治療により優れた成績を残しています。その結果、5年生存率は80%を超える世界でもまれな成績を残しています。

今日の日本の一般的な医療課題は悪性腫瘍対策と認知症対策です。透析患者といえどもそのリスクは常に存在します。

そのため偕行会グループの次の合併症対策です。

認知症に対してはすでに偕行会城西病院にスペクトを導入し早期発見を目指しています。透析患者の悪性腫瘍は進行した形で発見されることが多く、透析クリニックでは早期診断が今日では困難です。東芝メディカルは血液を利用した癌の早期発見装置を開発して現在治験中です。この装置は13種類の癌を98%の精度で発見できるとしているため発売を大変期待しているところです。

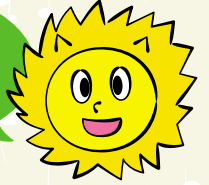
偕行会グループはこれまでと同様透析患者の皆様が可能なかぎり快適な生活を送れるように、更に合併症対策を強化してゆくこととお誓い申し上げ新年のご挨拶に代えさせていただきます。



もっと知りたい!

「世界腎臓デー」のご紹介

腎臓病に関する
国際的な取り組みを
ご紹介します!!



みなさん「世界腎臓デー」をご存知ですか?

「世界腎臓デー(World Kidney Day)」は、**腎臓病の早期発見と治療の重要性を啓発する国際的な取り組み**として、2006年に国際腎臓学会(ISN)と腎臓財団国際連合(IFKF)により開始されました。**毎年3月の第2木曜日(2022年は3月10日)と決められており**、世界各地でイベントが開催されています。

毎年テーマが設定されており、2022年のテーマは「Bridge the knowledge gap to better kidney care (腎臓病治療の知識のギャップを埋める)」です。



偕行会グループでは オンラインセミナーを4回開催します!

偕行会グループでは、「世界腎臓デー」の趣旨に賛同して**名古屋大学と連携し**、広く一般の皆様を対象に**2022年3月1日(火)～3月31日(木)の1か月間**で「**World Kidney Program 2022**」を開催することとなり、現在準備を進めています。

本プログラムでは、世界の腎臓病治療の向上を目的に**世界各地の市民公開講座を4日間にわたりオンライン配信**し、腎臓や透析治療に関する正しい知識を身につけていただくことを目的としています。

一般参加費は**無料(事前登録制)**。**2月から事前登録開始を予定**しています。



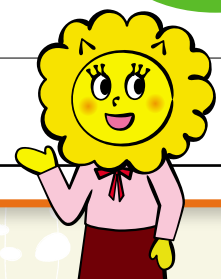
※掲載内容が変更になる場合がございます。
ホームページより最新情報をご確認ください。

名称	World Kidney Program 2022
会期	2022年3月6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)
申し込み	事前登録制 ※2月から登録開始予定です。
一般参加費	無料
テーマ	あなたの腎臓は大丈夫? 身近に潜むサイレントキラー『CKD(慢性腎臓病)』と透析治療
大会長	丸山彰一 (名古屋大学大学院医学系研究科 病態内科学講座 腎臓内科 教授)
学術監修	名古屋大学大学院医学系研究科 病態内科学講座 腎臓内科
問い合わせ	運営事務局(医療法人偕行会 法人本部内) Mail. kaikoukai-kidney@kaikou.or.jp TEL.052-352-5581

詳しくは
専用ホームページを
ご覧ください。



この機会に
ぜひご参加
ください!



偕行会クリニック

半田共立クリニック

増床

6床増床
します!

こんにちは、半田共立クリニック看護師長の川越です。

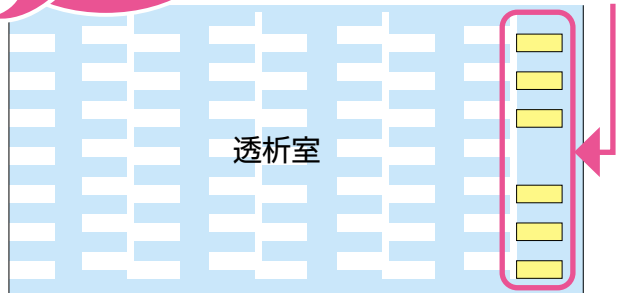
半田共立クリニックは、院長始め、看護師・臨床工学技士・メディケアワーカー・医事・栄養士・ソーシャルワーカーが、一生懸命一人一人の患者様と向き合って職種に関係なくどうすれば良い医療を提供できるかをきちんと話し合い、チーム医療を提供出来ているクリニックだと思います。

現在食堂と倉庫の場所に6床増床の第一期工事が始まりました。3月を完成予定としてます。又、第二期工事としてさらに増床を考えています。

患者様にはご協力頂き工事期間中のみお昼からの透析へ変更していただき感謝しております。

患者様になるべく迷惑かけず、スタッフ一丸となり一生懸命安全で安心な透析治療を提供できるよう努めさせていただきます。

今後ともよろしくお願い致します。



●半田共立クリニック
〒475-0862
愛知県半田市住吉町2-166
TEL:0569-32-1700



半田共立クリニック
院長 高橋 亮

瀬戸共立クリニック

3階OPEN

瀬戸共立クリニックは2021年11月に3階透析室をオープン致しました。

2009年2月の開院以来約13年を要しましたが、現在のところ基幹病院のみならず名古屋市内の病院からも順調にご紹介を頂いております。ホームページをご覧になり「ここがいいと思った」と選んで来てくださった患者様も多く、その期待に応えていかなければなりません。

当クリニックのスタッフは各職種をお互い尊重し協力しあって仕事をしています。同時に切磋琢磨し合い専門的な知識と技術をもって患者様へより良い医療を提供できるよう、今後も精進してまいりたいと思います。



透析室▲

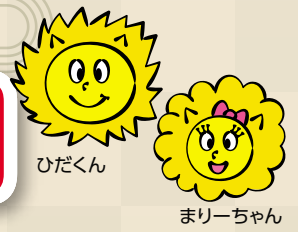


●瀬戸共立クリニック
〒489-0916
愛知県瀬戸市平町2丁目19
TEL:0561-86-0555



瀬戸共立クリニック
院長代理 山田哲也

リニューアルのご案内



静岡共立クリニック

2022年春
新築移転



急ピッチで施工が進む透析室



静岡共立クリニックは、当院が果たすべき役割と機能を最大限に発揮し、多様化するニーズにお応えするため2022年春にリニューアルオープンいたします。

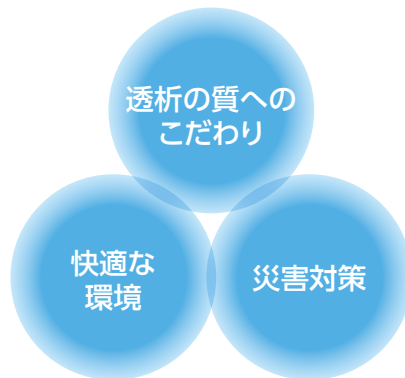


新館屋上から見た富士山



医療法人社団偕翔会 理事長
静岡共立クリニック 院長
堀川 和裕

●リニューアルポイント



静岡共立クリニック院長の堀川和裕です。

静岡共立クリニックは今まで皆さまや地域のニーズに応え増改築を繰り返してきました。その結果、わかりにくいフロア構成で動線も複雑となりご迷惑をおかけしてきました。この度、ベッド数108床のシンプルな透析フロア、バリアフリー化、感染ルームの設置など、快適な透析環境を提供するクリニックにリニューアルいたします。加えて災害に強い構造と設備の充実も図って参ります。

また、皆さまが安心して透析に通っていただけるよう、日々進化し続ける医療に対応できる職員を育成し皆さまのお役に立てるよう努力してまいります。新しく生まれ変わる静岡共立クリニックにぜひご期待をいただきたいと思えます。

●フロアガイド



1Fは、広くゆったりした待合室で、のんびりとくつろいで頂ける空間となります。お食事をとって頂く事も可能です。



2Fは、透析室が1フロア(108床+感染隔離室4床)になり快適な治療環境になります。

※クリニックは3階建てで、3階は管理フロアとなっています

●静岡共立クリニック

〒422-8006
静岡県静岡市駿河区曲金4丁目1番25号
TEL:054-284-7222

エンジョイ!

透析 クッキング vol.45

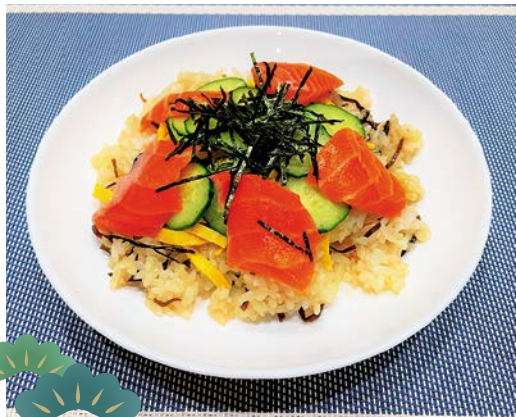


ここがオススメ!

見た目が華やかな減塩レシピです。お祝いの席にいかがでしょうか?

中華風ちらし寿司

塩昆布とごま油で旨味を加えた、普段と少し変わったちらし寿司です。ご飯に味が付いているので具材に塩分を使用しないことで、塩分の摂りすぎを防ぎます。



材料
(1人分)

ご飯……………200g
 穀物酢……………15g(大1)
 ☆塩昆布……………6g
 ごま油……………2g(小1/2)
 サーモン(生食用)…30g
 卵……………25g
 片栗粉……………1g(小1/3)
 きゅうり……………20g
 のり……………適量

栄養量

エネルギー……………427kcal
 たんぱく質……………16.1g
 カリウム……………352mg
 リン……………203mg
 食塩相当量……………1.2g

作り方

1. ボールに☆を合わせ、ご飯を加えて酢飯を作り、よく冷ましておく。
2. 溶き卵に片栗粉を加え、油(分量外)をひいたフライパンで薄く焼き、錦糸卵を作る。きゅうりはせん切りにして水にさらす。サーモンは食べやすい大きさに切る。
3. 器に1の酢飯を盛り付け、卵→きゅうり→サーモンの順に盛り付け、最後にのりを散らす。

サーモンに卵とたんぱく源が多くなりやすいため、必ず量を守りましょう。

こちらのレシピにも注目♪



筑前煮

中華風にアレンジしてみました。物足りない場合は、お好みで唐辛子を加えたり、一味唐辛子やラー油をかけても◎

〈栄養量〉

エネルギー……………105kcal
 たんぱく質……………4.2g
 カリウム……………195mg
 リン……………62mg
 食塩相当量……………0.6g

〈材料・1人分〉

鶏もも肉…20g
 ごぼう…10g
 れんこん…10g
 にんじん…15g
 ごま油……………4g(小1)
 かつおだし…25g
 酒……………1.5g(約小1/3)
 砂糖……………1g(小1/3)

オイスターソース……………2g(小1/3)
 しょうゆ……………2g(小1/3)
 みりん……………2g(小1/3)



なすの中華和え

茹でこぼした野菜を和えるだけの簡単な一品です。他の野菜やきのこに変えても美味しくいただけます。

〈栄養量〉

エネルギー……………27kcal
 たんぱく質……………0.7g
 カリウム……………82mg
 リン……………15mg
 食塩相当量……………0.1g

〈材料・1人分〉

なす……………30g
 もやし……………20g
 ごま油……………2g(小1/2)
 顆粒中華だし……………0.2g(ミニスプーン1杯)



アイスで簡単プリン

アイスクリームには既に生クリームやバニラが使用されているため追加せずに簡単に作れます。ゼラチンは沸騰させると固まらないのでご注意ください。

〈栄養量〉

エネルギー……………77kcal
 たんぱく質……………2.1g
 カリウム……………77mg
 リン……………47mg
 食塩相当量……………0.1g

〈材料・1人分〉

ラクトアイス…25g
 牛乳……………25g
 砂糖……………1g(小1/3)
 ゼラチン…0.5g
 ブルーベリー(冷凍)……………3粒

一食全体の栄養量(ごはん200gを含む)

中華風ちらし寿司・筑前煮・なすの中華和え・アイスで簡単プリン
 エネルギー……………636kcal
 たんぱく質……………23.1g
 カリウム……………706mg
 リン……………327mg
 食塩相当量……………2.0g

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

90歳前後の高齢者のことで質問です。人工透析が必要になりました。メリット・デメリットを教えてください。また、人工透析をしないですむ方法はあるのでしょうか？

A

人工透析のメリットは、**腎不全の患者様の命を守ることができる**ことです。メリットと言うよりも治療の目的そのものです。また、透析治療が必要なくらい腎臓が悪くなった場合、人工透析をしないですむ方法は腎移植しかありません。ですが、90歳の高齢の患者様が腎移植の手術をお受けになることは、現実としてはかなり難しいでしょう。ですから、**人工透析をしないですむ方法はない**とお考えいただいてよいと思います。

デメリットですが、人工透析は楽な治療ではない、ということです。**食事療法を中心とした自己管理も必要**です。

人工透析には**血液透析と腹膜透析(CAPD)の2通りの治療**があります。

血液透析は、病院やクリニックなど医療機関で行う治療で、原則的に**週に3回、1回に3~4時間の治療**をお受けになっていただきます。通院の手間があり、時間的な制約が大きい治療です。治療後に疲労感を訴える方も少なくありません。血管に治療用の

針を2本刺すのですが、この針刺しを苦痛に感じられる患者様もいらっしゃいます。

腹膜透析は**自宅で行われる治療で、病院への通院は月に1回程度**です。血液透析に比べて、治療による疲労感が少なく、食事療法の制限も少なめです。ですが、自宅で行う治療ですので、**自分で器械の操作などを行わなければなりません**。この器械操作の練習の段階で、腹膜透析を断念される方もおいでです。ご高齢の患者様の場合には**ご家族の協力が必要**になることが多いです。

スペースの都合上、血液透析と腹膜透析の詳細に関しては述べられませんが、どちらを選んだ方がいいのか、ということに関しては一概に言えませんので、**主治医の先生とよく相談**してみてください。

参考までにですが、2019年末の日本透析医学会の調査によれば、わが国では90歳以上の方は約8,200人、95歳以上の方も900人ほどの方が人工透析(血液透析・腹膜透析)を受けていらっしゃいます。

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。

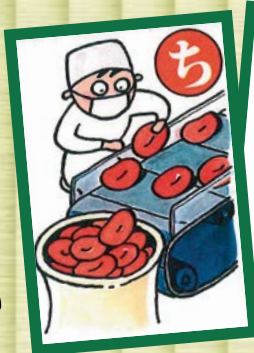
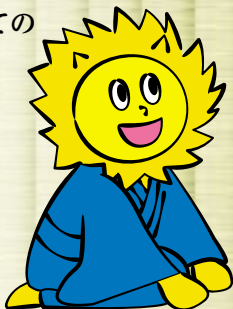
遊んで楽しく学べる

透析かるた



食^たべて運動
ウエイトチェック

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。



血^ちの恵み
エリスロポエチン
エポエチン



常^{じょう}に栄養^{えいよう}
元^{もと}気^げのもと

第9回

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



穴埋め計算クイズ

Q1からQ4までは、□に入る数字を教えてください。
(答えの数字は今号のひだまりのどこかにありますよ。)
全て答えたらその数字を使ってQ5に挑戦しましょう!

Q1 半田共立クリニックが現在行っている工事で透析用ベッドが □ 床増床されます。

Q2 静岡共立クリニックの改築後の透析室は □ □ □ 床になります。
(隔離室は除きます)

Q3 世界腎臓デーは毎年 □ 月の第2木曜日

Q4 偕行会グループの「World Kidney Program 2022」の初回開催日は
3月 □ 日、2回目は3月 □ □ 日となっています。

Q5 Q1からQ4で答えた数字を使って計算してください。

Q1のこたえ

Q2のこたえ

Q3のこたえ

A □ × □ □ □ × □ = □ □ □ □ A

Q4のこたえ

Q4のこたえ

B □ × □ □ = □ □ B

Aのこたえ

Bのこたえ

□ □ □ □ + □ □ = □ □ □ □



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

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

AICHI

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

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

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