



「生活の質」を上げる 偕行会の取り組みについて

- 🍓 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
- 🍓 今さら聞けない! 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



ひだくん

まりーちゃん

年始のご挨拶

医者（医療機関）を選ぶのも寿命の一つ

医療法人偕行会グループ

会長 川原 弘久



医療に従事し始めたころである。中村区に居住する山田さんという患者にとっても信頼された。高齢の独居老人であったが、医者と患者というより年の離れた友人という関係になった。ある時「どうして私のようなものに懐くんだ」と質問したら、返ってきた言葉が「医者を選ぶも寿命の一つ」であった。彼の信頼をうれしく思ったが、自己管理が悪く透析導入後3年後で亡くなった。今でも彼の容姿が目につく。彼の遺した言葉はその後の小生の医療活動を規定してくれた。「透析患者の長期生存のためには何をすべきか」が小生の医者としてのライフワークになったのである。

透析医療のパイオニアとして小生は県下でそれなりに評価を受けていた。医者が医療界で評価を受けるのは、研究をして学会や論文で発表することであるが、小生はその道は捨てた。「透析患者が快適に人生を送る医療を創る」という一点に目標を定めたのである。当時透析医療一本に絞っていたら、早期に知名度ももっとあがり、大富豪になっていただろう。透析患者の生存率を高め快適な透析ライフを送るためには、透析患者の合併症対策を徹底的に行うことを定めた。そのため名古屋共立病院には外科・整形外科・循環器内科・消化器内科の診療科を設置した。幸いなことにその後脳外科や形成外科・放射線科（治療を含めて）等設置することができた。しかしわずか156床の入院病床では経営は困難である。今日といえども名古屋共立病院は大赤字である。この原因は厚生労働省の病床規制にあって病院スタッフのせいではない。今日では循環器ではアンモニアPET、PCIロボットを使った心臓カテーテル治療、心臓血管外科による冠動脈バイパス手術・ASO治療と他院に引けをとらない医療が展開できている。さらに脳血管障害を合併した場合は、偕行会リハビリテーション病院でじっくりリハビリを受ける体制も整えた。要介護になれば老人保健施設やグループホーム、在宅看護・介護も用意してある。今日の透析医療は導入の高齢化や糖尿病のために通院困難な患者が激増している。そのため早期より患者送迎に注力してきた、その財政的負担は極めて大きい（年間数億円）。最近では労働力不足のため運転手の確保も厳しい。患者の中には送迎のクレームを出す人もいるという。医療側の必死の努力に対してもっと謙虚であって欲しいと願うばかりである。小生は生涯透析患者と歩むという決意を固めたので、患者会活動も後方から支援して尽くしてきた。今日偕行会に所属する患者会ばかりでなく、名古屋市腎友会や愛知県腎臓協議会の役員と定期的に意見交換を行っている。彼等の小生に対する信頼は大きな励みとなっている。

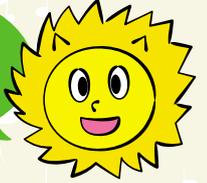
昨年のはじめのあいさつでも述べたが、今後の合併症対策は認知症と悪性腫瘍である。両方とも早期発見が必須である。認知症の診断のために偕行会城西病院ではSPECTも用意した。ここまで合併症対策を徹底して行っているのは世界でも偕行会グループくらいであろう。現在では偕行会の透析医療は世界的にも高い評価を得ており、ブラッドアクセスの研修には世界から医師が集まってきている。これ程高い透析医療を展開しても患者側の医療選択はどうであろうか。透析医療施設の患者の第一の選択肢が「家に近いところ」である。通院が大変なことは理解できるが、冒頭に述べた「医者を選ぶも寿命の一つ」という言葉をもっと深く理解してほしいものである。偕行会を信頼して患者が当法人に押し寄せてくる。これが小生の初夢である。



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!!

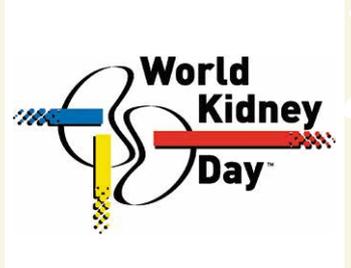


みなさん「世界腎臓デー」をご存知ですか?

「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年より国際腎臓学会(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(今年は2023年3月9日)に実施され、世界各地でさまざまなイベントが企画されています。

毎年テーマが設定されており、2023年のテーマは「Preparing for the unexpected, supporting the vulnerable! 不測の事態に備え、弱者を支える(直訳)」です。



偕行会グループ 世界腎臓デーオリジナル企画 「World Kidney Program 2023」

偕行会グループでは、「世界腎臓デー」の趣旨に賛同して、昨年度同様に**名古屋大学と連携し、広く一般の皆様を対象に2023年3月1日(水)～3月31日(金)の1か月間**で「World Kidney Program 2023」を開催することとなり、現在準備を進めています。

3月第2木曜日の「世界腎臓デー」に合わせ、世界的に注目の集まる臓器「腎臓」について、**YouTubeを活用したオンラインセミナー(2023年3月～)**とイオンモール名古屋茶屋にて「**世界腎臓デースペシャルイベント**」(3月11日(土)・12日(日))を開催します。

世界腎臓デースペシャルイベントでは、市民公開講座や腎臓クイズラリー、「腎臓」川柳の募集なども行っています。詳細はWorld Kidney Program 2023 ホームページよりご確認いただき、ぜひご参加ください。



※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 2023
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
主催	偕行会グループ
テーマ	まなぼう腎臓 まもろう腎臓
参加費	視聴・参加共に無料
プログラム期間	2023年3月1日(水)～3月31日(金)
対象者	国内外の一般市民(透析患者含)及び医療従事者、医療関連の学生ほか
問い合わせ	World Kidney Program 2023運営事務局 Mail. kaikoukai-kidney@kaikou.or.jp

詳しくは
専用ホームページを
ご覧ください。

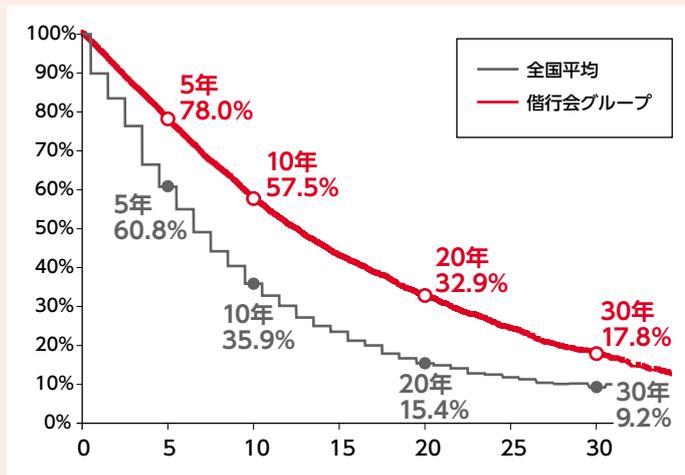


この機会に
ぜひご参加
ください!



「生活の質」を上げる

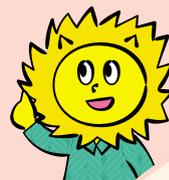
合併症の発症や毎日の栄養管理など、透析患者様には様々なりスクがつきものです。偕行会グループでは「6つの強み」を活かした透析医療で、全国平均よりも高い生存率を実現しています。



透析患者様の10年生存率

偕行会グループ

57.5%



全国平均

35.9%



心疾患の
早期発見と治療



高度に清浄化された
透析液

6つの



認知症対策

しかし、近年の医療現場では治療を行うだけでなく、患者様が自分らしく生きるための「生活の質」を上げる考え方が重視されています。偕行会グループの「6つの強み」も例外ではなく、その考えが反映されたものとなっています。そこで今号では、「6つの強み」の中で「生活の質」を上げる3つをご紹介します！

認知症対策

透析患者様の平均年齢は69.4歳*で、年々高齢化が進んでおり、認知症を発症している患者様も少なくありません。偕行会城西病院(名古屋市中村区)では、SPECT検査という、脳の血流状態を調べる画像検査を実施しています。この検査を受けることで、認知症の早期発見・鑑別診断が可能になり、適切な治療に繋がられます。各クリニックでは患者様の小さな変化も見落とさないよう密なコミュニケーションを心掛け、長谷川式認知症スケールによるテストやSPECT検査の紹介を行うなど、認知症の早期発見に努めています。

詳しくはこちら



透析患者様の
認知症割合
65歳以上の
6人に1人(15%)

*日本透析医学会調べ
(2018年)



SPECT検査



偕行会の取り組みについて



透析運動療法

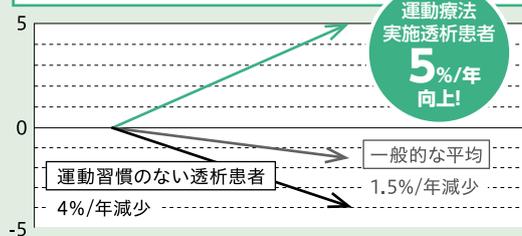


運動療法を継続することで筋量や筋力は大幅に改善されます。

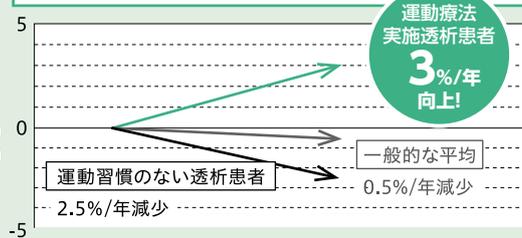


1年間の運動療法効果

筋力の変化(1年後)



筋肉量の変化(1年後)



透析運動療法

強み



管理栄養士による栄養管理



人工炭酸泉治療

偕行会グループでは2012年より透析中の運動療法を開始し、グループの全ての透析施設で実施しています。これまでに1,500名以上の方が運動療法に参加され非常に高い成果が得られています。透析を受けている方は、体力や筋力が透析をされていない方の半分程度に低下しているといわれており、体力、筋量・筋力の低下を防ぐため、継続的な運動を促進しています。



詳しくはこちら



人工炭酸泉療法

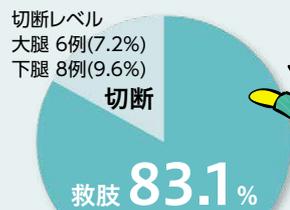
下肢の血流改善を目的に、高濃度の人工炭酸泉治療(足浴)を偕行会グループの全ての透析施設で実施しています。下肢血流障害が進行することで切断リスクが高まりますが、早期から炭酸泉治療を継続することで切断リスクを減らす効果が期待されます。透析患者様の足を守るために、継続的な炭酸泉治療を促進しています。



詳しくはこちら
(5ページをご覧ください)

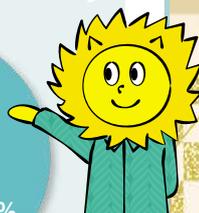
FontaineⅣに対する人工炭酸泉療法の救肢成績

患者背景	
総数	68
肢数	83
性別(男/女)	43/25
年齢(歳)	67±12
透析n(%)	41(60.3%)
合併症n(%)	
糖尿病	38(55.9%)
虚血性心疾患	53(77.9%)
脳血管疾患	40(58.9%)
切断の既往n(%)	12(17.6%)



人工炭酸泉足浴頻度: 2回/日 2か月以上
名古屋共立病院調べ

救肢率
83.1%
(69/83)



エンジョイ!

透析 クッキング vol.49



ここがオススメ!

今が旬の食材を使用した献立にしました。

鶏肉とねぎのテリヤキ

生姜には体を温める成分が含まれており、加熱することで効果が高まります。鶏肉を旬のブリに変えても美味しくいただけます。



材料
(1人分)

鶏もも肉……………80g
 片栗粉……………3g (小1)
 油……………4g (小1)
 ねぎ……………50g
 A こいくち醤油…6g (小1)
 みりん……………6g (小1)
 酒……………5g (小1)
 生姜……………3g

栄養量

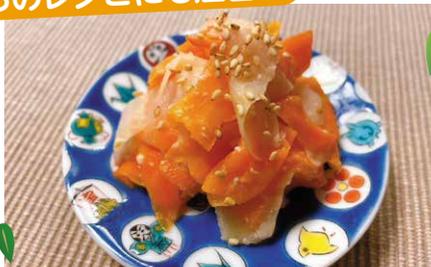
エネルギー……………240kcal
 たんぱく質……………14.5g
 カリウム……………365mg
 リン……………162mg
 食塩相当量……………1.0g

作り方

1. 鶏もも肉は一口大に切り、片栗粉をまぶす。
2. ねぎは4cm幅に切り、水にさらした後水気を切る。
3. フライパンに油を熱し、1を皮目から焼く、その後2を加えて焼く。
4. 1に火が通ったら、Aを加えてテリヤキがつかうまでよく煮詰める。

ねぎはこまめに転がすことで全体的に焼き目が付き、見栄えが良くなります。

こちらのレシピにも注目♪



甘酒味噌漬け

甘酒を使うことでお米の優しい甘みとうまみを感じることができます。

〈材料・1人分〉

大根……………30g
 人参……………20g
 甘酒……………10g (10ml)
 味噌……………6g (小1)
 白ごま……………少々

〈栄養量〉

エネルギー……………29kcal
 たんぱく質……………1.2g
 カリウム……………147mg
 リン……………34mg
 食塩相当量……………0.8g

作り方

1. 大根と人参をピーラーで薄切り、茹でこぼす。
2. ボウルに調味料を入れ、味噌がとけるように混ぜ合わせる。
3. 味噌がとけたら、水気を切った1を加えて和える。
4. 3をお皿に盛り付けて白ごまをかける。



春菊ともやしのマヨソテー

旬の春菊の香りともやしのしゃきしゃき感がくせになります。マヨネーズを使用することで塩分を控えることができます。

〈材料・1人分〉

春菊……………30g
 もやし……………20g
 マヨネーズ……………8g (小2)
 黒こしょう……………少々

〈栄養量〉

エネルギー……………63kcal
 たんぱく質……………1.2g
 カリウム……………155mg
 リン……………24mg
 食塩相当量……………0.2g

作り方

1. 春菊は4cm幅にきり、茹でこぼし水気をしっかりきる。
2. もやしは水で洗い水気をきる。
3. フライパンにマヨネーズを入れて熱し、1・2と黒こしょうを入れてざっと炒める。

一食全体の栄養量(ごはん200gを含む)

鶏肉とねぎのテリヤキ・甘酒味噌漬け・春菊ともやしのマヨソテー
 エネルギー……………644kcal
 たんぱく質……………22g
 カリウム……………725mg
 リン……………287mg
 食塩相当量……………2g

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!

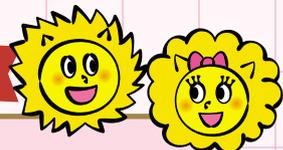
クックパッド かいこうかい

検索



第13回

透析中の気分転換などに、頭の体操はいかがですか？



脳のトレーニング 穴あきしりとり

やってみよう！



空欄に言葉を当てはめて、しりとりを完成させましょう！

Q1

サ	ン	マ
↓		
ク	ル	ミ

Q2

ミ	ツ	バ
↓		
ナ	イ	フ
↓		
マ	ン	ト

Q3

ケ	-	キ
↓		
ネ	ン	ド
↓		
ツ	ク	シ
↓		
ポ	ス	ト

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4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

ひだまりのバックナンバーがWebでご覧いただけます。



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。

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

患者さんでつくっている会があることを知りました。このような会には入ったほうが良いのですか? また、よい会をすすめていただくようなことはできるのですか?

A

患者さんでつくっている会とは「**腎友会**」のことだと思います。

この腎友会は、各透析施設にあって、それらがまとまって都道府県単位の腎友会があり、その各都道府県の腎友会をまとめる全国的な組織として**全腎協(社団法人全国腎臓病協議会)**という会がある、という構成になっています。

ただし、すべての透析施設に腎友会があるのではなく、私たち偕行会グループの透析施設の中にも、腎友会が結成されていないところがあります。

腎友会に入るかどうかはあくまで任意ですので、**院内の掲示などを見たり、役員の方のお話しを聞いたりして活動の内容を確認してから、お決めになったらいかがでしょうか。**

なお、腎友会は、基本的に一つの透析施設に一つですので、どの会がいいかと選択する必要はありません。



「腎友会」については
ひだまり46号の特集で
紹介しています!



詳しくはこちら▶▶▶

500件以上のQ&Aを掲載した
「いい透析ドットコム」もご覧ください!



いい透析

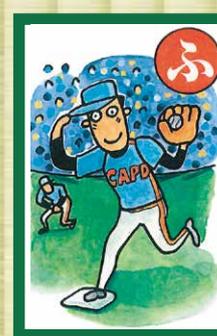
検索

<https://www.e-touseki.com/>

透析に関する質問を募集中です! く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

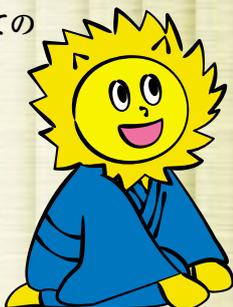
透析かるた



フ
ァ
ィ
ス
ト
P
D

透
析
導
入

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。



下
手
な
穿
刺
の
青
あ
ぎ
土
産



ほ
っ
と
一
息

今
日
も
無
事