



堺市立総合医療センターと市民の健康をつなぐ広報誌

ぞうさん広場

vol.
27



特集

新たな国民病

慢性腎臓病



地方独立行政法人 堺市立病院機構

堺市立総合医療センター

SAKAI SAKAI CITY MEDICAL CENTER



腎臓内科



※撮影時のみマスクを外しています。

早期発見から透析治療まで
チーム医療で慢性腎臓病に挑む

**日本で約8人に1人が発症
新たな国民病「慢性腎臓病」**

**腎臓は「沈黙の臓器」
早期発見には健診が必須**

腎臓は血液をろ過して老廃物や余分な塩分を尿として体外へ排出する機能があります。慢性腎臓病は腎機能が低下した状態、または尿にたんぱくが漏れ出る状態が3ヶ月以上続く状態を指します。腎機能は加齢によって自然と低下していくこともあり、超高齢社会の日本では年々患者さんが増加しています。今や、日本人の約8人に1人は発症する生活習慣病の一つで、新たな国民病とも呼ばれています。また、慢性腎臓病が進行し、末期腎不全に至ると透析や腎臓移植が必要になります。脳卒中や心筋梗塞など心血管病も併発しやすくなると言われています。

慢性腎臓病は早期に発見し、治療をすれば改善が見込めます。しかし腎臓は肝臓とともに「沈黙の臓器」と呼ばれており、初期の自覚症状がありません。むくみ、夜間尿、貧血、ふらつき、倦怠感や息苦しさなどの症状で受診される方は、病状がかなり進行している可能性があります。そのため、定期的に健康診断や尿検査・血液検査を受け、健診結果を甘く見ず、きちんと医療機関を受診することが大切です。特に高齢の方、高血圧や糖尿病などの生活習慣病を患っている方、たばこを吸っている方などは慢性腎臓病のリスクが高いため注意が必要です。



こんな方は
要注意!

- 高齢者
- 生活習慣病（高血圧、糖尿病、心臓病など）やメタボリックシンドロームがある
- 家族に腎臓病の人がいる
- たんぱく尿を指摘されたことがある
- たばこを吸っている



多職種による連携で 適切な医療を提供

慢性腎臓病の発症や進行の予防には、減塩を中心とした食事や適度な運動、禁煙など生活習慣の改善が大切です。近年は腎臓病の新しい薬も開発されているので、進行を遅らせる保存的治療の効果も向上しています。また、末期の方に対しては腎臓の代替療法として血液透析・腹膜透析と腎臓移植を提案しています。当科では血液透析開始時に必須のシャント手術や腹膜透析を導入する手術にも注力しており、あらゆる腎臓病のステージに対して検査から手術、その後のサポートまで対応可能です。医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床工学士や医療ソーシャルワーカーなど多職種が連携することで多様化する患者さんの、それぞれの段階に合わせた医療を提供しています。



総合病院の強みを活かした 合併症にも対応

腎臓病を抱える患者さんの多くは高齢の方です。そのため、腎臓病の他に合併症を併発されている方がほとんどです。当院は循環器内科、心臓血管外科、脳神経内科、呼吸器内科や感染症内科など多様な診療科を有していることから、合併症を伴う腎臓病にも対応しています。集中治療センター（ICU）や救命救急センターとの連携体制も充実しているため、緊急時の対応も可能です。また、腎臓病は治療が長期に及びます。多くの場合、患者さんは不安を抱えておられることから、専門の看護師によるメンタルケアも行っています。



・PICK UP・ 療法選択外来

患者さんの治療選択を サポートする専門外来

慢性腎臓病や緩和ケア、がん医療など治療の選択肢が多い分野では、治療法によってその後の生活を左右し、患者さんの生活の質（QOL）に大きな影響を与えます。そこで重要なのが療法選択外来です。慢性疾患看護専門看護師の田中師長にその取り組み内容や実例を伺いました。

前向きな治療と生活のため 患者さんに寄り添います

多くの方が透析治療にネガティブな印象を持たれています。しかし、透析を受けながらも仕事や趣味を楽しんで人生を充実させている方は多くいらっしゃいます。私たちはまず患者さんの話を傾聴することで不安な気持ちを解消し、その方の困りごとや価値観などをお伺いします。その上で治療の選択肢を丁寧に説明し意思決定を支援しています。

例えば以前、働き盛りの若い患者さんで腹膜透析に適性がある方がいました。しかし、じっくりお話を聞くと、その方は銭湯に通うことが楽しみだとわかりました。仕事のことを考えると自宅でもできる腹膜透析が良いですが、銭湯通いは感染予防の観点では継続が困難でした。患者さんと何度も話し合い、最終的にはご自身の気持ち優先して血液透析を選ばれました。

このように、医師による医学的な説明だけでなく、その治療を選ぶと生活の何が変わって何が変わらないのかまで踏み込んで説明し、その人の価値観に寄り添った療法選択を支援することが私たちの仕事です。



療法選択外来の目的は、患者さんの不安を解消し治療への理解を深め、患者さんが納得して治療方法を選んでいただくことです。週4回開設しており、通常の診察とは別に、個別ブースで専門の看護師を中心に多職種でお話をするので、医師には言いづらいことも気軽にご相談いただけます。



新たな病診連携※の 取り組みが始まりました



今年の6月中旬から、腎臓内科では地域の医療機関との連携を強化する新しい取り組みを始めました。
その背景や具体的な内容、患者さんへのメリットなどをご紹介します。

※病診連携：地域の基幹病院とかかりつけ医の連携

腎臓病の患者さんは早期で症状が軽い方から透析治療を受ける方まで幅広いため、普段の診察や透析治療を担っていただく地域の医療機関との連携が欠かせません。そこで腎臓内科では、かかりつけ医の先生に向けて、当科の医師へ直接つながる電話番号（ホットライン）を公開し、週に2回開催のオンライン相談会も始めました。従来は当院の患者支援センターを経由して紹介状などでご相談いただいておりますが、直通になることでちょっとした質問や疑問も相談していただきやすくなりました。

ダイレクトな連携が
ちょっとした疑問の解決に



腎臓内科 人工透析科
副院長
いわた ゆきまさ
岩田 幸真 先生

かかりつけ医の先生が知りたい内容のうち…

急ぎの内容

急がない内容

ホットライン

腎臓専門医に直通でつながる電話番号を公開!

お問い合わせ時間 9:00~17:00(土日祝除く)



オンライン相談会

週に2回の開催で、勉強会では聞きにくい質問もOK

開催日時 毎週火曜・木曜の14:00~15:00

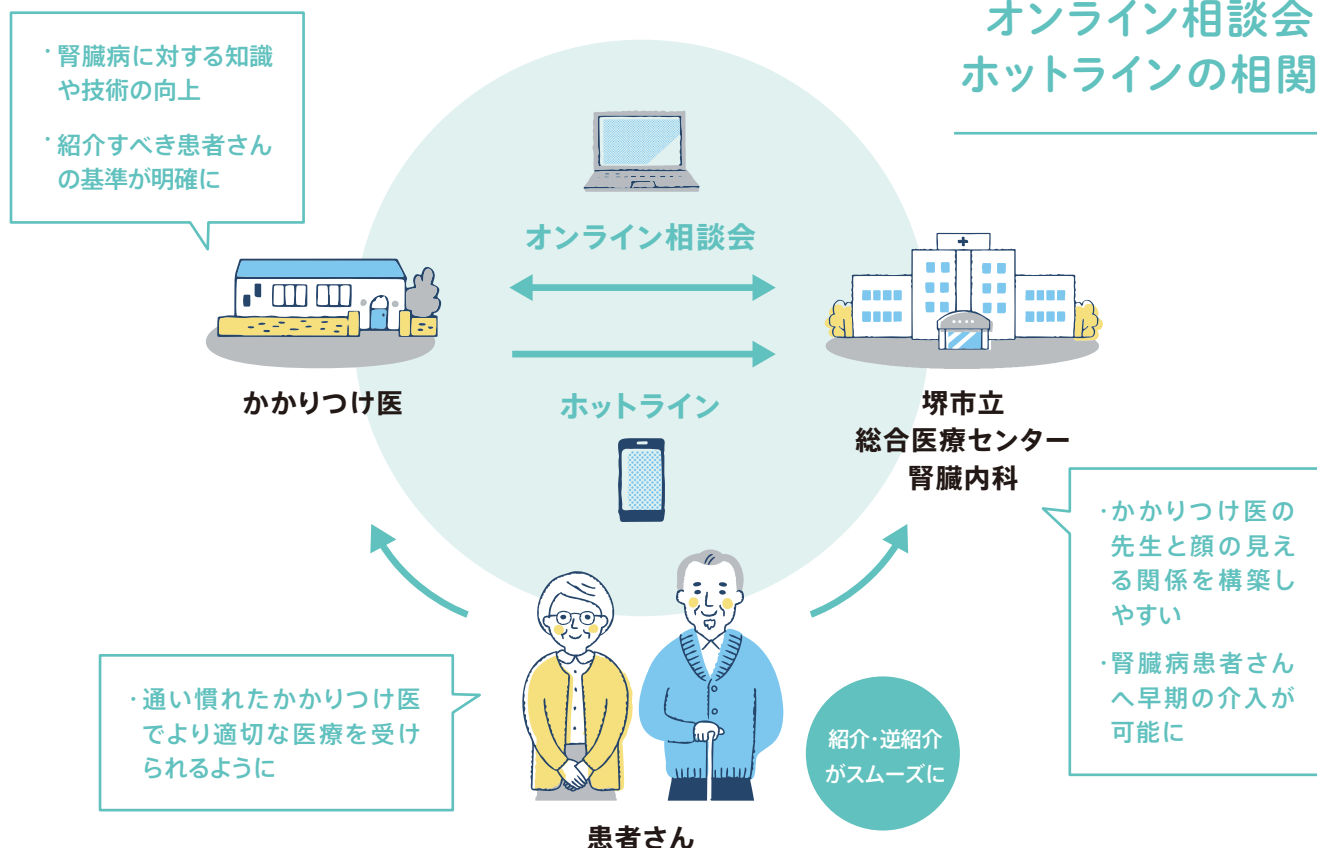


こんな相談に
答えます

- ・薬の服用方法や使い分け
- ・食事療法の指導の仕方
- ・紹介を検討する患者さんの基準

- ・患者さんの治療方針
- ・緊急性の高い患者さんの加療依頼など

オンライン相談会・ ホットラインの関連図



病診連携の強化が 患者さんのメリットに

今までかかりつけ医の先生が紹介状を介して相談するときの多くは、「特定の患者さんの状況について」の内容でした。しかし今回の取り組みでは、薬の使い方や食事療法の指導など、より一般的な内容を気軽に相談しやすくなりました。つまり、腎臓が専門ではないかかりつけ医の先生にも正しい腎臓病の知識が広まり、診療の技術が向上するということなのです。患者さんが健診で異常が見られたとき、まずはかかりつけ医を受診することが多いでしょう。より適切な診療ができるかかりつけ医が増えることは患者さんにとってもメリットで、腎臓病の早期発見・早期治療または透析や腎臓移植の予防につながります。

また、当院では腹膜透析にも注力しています。腹膜透析は在宅医療なので、訪問看護師やヘルパーの協力が必要になる場合があります。在宅医療のスタッフも透析の専門家ではないため、今回の取り組みを活用してオンラインで連携することにより、言葉では伝えにくい状況も現場から医師に直接視覚的に伝えることができ、緊急時にも迅速な対応が可能になります。

今回の取り組みを実際に利用した かかりつけ医の先生に話を聞きました！



三谷ファミリークリニック
み た に か ず お
三谷 和男 院長

慢性腎臓病を含む腎疾患の患者さんを診ているなかで、疑問に思ったことを直接専門の先生に質問できることは、我々かかりつけ医にとって本当にありがたいことです。正しい知識を得られることは、そのまま患者さんへの正しい診療につながるもので、何よりもメリットでしょう。また、患者さんはかかりつけ医が専門性の高い堺市立総合医療センターとつながっていることに安心感を持っておられます。いつでも専門医の先生に紹介できる環境を作っておくことで、患者さんはより安心して我々に普段の診療をお任せいただけます。

登録医とは、患者さんに継続的な医療を提供するために、当院と連携している地域の医療機関(かかりつけ医)のことで、地域医療の要を担う登録医の先生を紹介します。



西区鳳南町



腎泌尿器科

きのうち腎泌尿器科クリニック



堺市西区鳳南町3-218-1-101

■JR阪和線「鳳駅」より徒歩約7分

☎072-260-5050

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	/	○	※	/
16:00~19:00	○	○	○	/	○	/	/

※祝日は休診
※土曜は9:00~13:00



2021年5月に開院した当院は、泌尿器科疾患全般の専門的な検査・治療に対応しています。開院前は、大阪大学関連施設の基幹病院で外来や入院診療、手術を担当していました。その経験を活かし基幹病院と同じレベルの診療を、より皆さんに身近な環境で提供しています。クリニック内は、石目タイルや間接照明で上品なデザインにし、女性でも入りやすい雰囲気作りを心がけています。10台の駐車場を完備しているので、近隣に泌尿器科クリニックがない方も車で気軽にお越しください。

木内利郎院長



Q 診察のモットーは？

常に患者さんの視点に立ち、わかりやすい言葉で説明することを心がけています。健診で異常を指摘されたり、何か気になる症状がある場合は、些細なことでもご相談ください。

Q がん診療を受けられますか？

前立腺がんや膀胱がんといった泌尿器悪性腫瘍の診療にも対応しています。基幹病院で、手術や治療を受けられた後に当院をご紹介いただいた場合は、病院と同等のフォロー体制を整えていますので、安心してご来院いただけます。

地域の患者さんへのメッセージ

開院以来「鳳に泌尿器科クリニックができてよかった」というお言葉を、多くの患者さんからいただきました。泌尿器科の専門的な検査・治療が受けられるクリニックは、まだまだ少ないのが現状ですが、今後も本格的な診療を受けられる身近な地域のかかりつけ医として尽力していきます。

当院の登録医の先生をご紹介します

堺区戎島町



内科・腎臓内科・循環器内科・整形外科

長山整形・内科

堺市堺区戎島町3-4
■南海本線「堺駅」より徒歩約2分

☎072-223-7675

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
17:00~19:00	○	/	○	/	○	/	/

※訪問診療・往診は随時対応



「町のお医者さん」として、内科・腎臓内科・循環器内科・整形外科の診療を行っており、体のお悩み全般に対応しています。当院の強みは、3名の医師が在籍する充実の診療体制。医師の多さを活かして診療時間中にも随時、訪問診療を行っています。設備面では、心電図、レントゲン、エコーなどに加え、もともと整形外科として開院したこともあり、リハビリ機器も豊富に整備。患者さんの不安を丁寧に汲み取り「相談してよかった」と言ってもらえるような医院を目指します。

長山
郁恵
副院長



Q 診察のモットーは？

検査結果に加え、患者さんの生活スタイルや就労状況、経済的な事情などの背景を考慮することで、一人ひとりに合わせた治療方法が提案できるよう心がけています。

Q 慢性腎臓病の診療は受けられますか？

各種合併症の検査など、透析療法に移行するまでの診療に対応しています。腎臓専門医を取得していますので、総合病院の腎臓内科のサテライトのような感覚でご利用いただければと思います。

Q 訪問診療について教えてください。

月2回の訪問診療を基本としています。緊急時には24時間体制で対応しています。急なご依頼に対しても、可能な限り調整できるように尽力しますので、まずはご相談ください。

地域の患者さんへのメッセージ

患者さんが抱える不安を一緒に解消していければと思います。当院はご自身のことはもちろん、ご家族の症状についてご相談を受けることも多々あります。困ったことがあれば何でもお話しください。

秋の旬 Recipe



秋は多くのキノコ類が旬を迎える時期です。しいたけも例外ではなく、秋に採れるしいたけは特に秋子と呼ばれ香りの高さが特徴です。食物繊維やビタミンDなど体の調子を整えてくれる栄養素も豊富です。今回は、しいたけが苦手な方でも食べやすいように、ジューシーな肉詰めレシピをご紹介します。ポン酢をかければあっさりいただけます。

栄養価 (1人分)	エネルギー:210kcal	塩分:0.4g
--------------	---------------	---------

しいたけの肉詰め

材料 (2人分)

しいたけ…………… 6本	サラダ油…………… 小さじ1
ねぎ…………… 20g	塩…………… 少々
合い挽き肉…………… 120g	ポン酢…………… お好み
小麦粉…………… 小さじ1	
卵…………… 1個	
パン粉…………… 大さじ1	



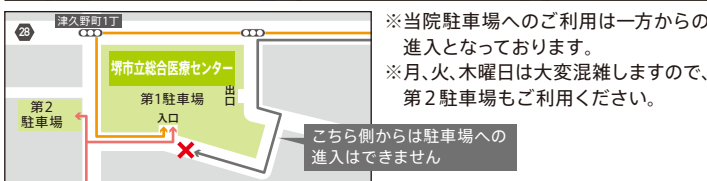
作り方

- しいたけは石づきを取り、軸と傘にわける。軸はみじん切りにし、傘の内側に小麦粉を振っておく。
- ねぎは小口切りにする。
- 合い挽き肉に塩を入れて粘り気が出るまでこねる。卵、パン粉、しいたけの軸を混ぜ合わせ、ひとまとまりになれば、6等分にわける。
- しいたけの傘に③を詰める。フライパンにサラダ油を熱し、肉詰めした部分を下にして中火で焼き色がつくまでしっかり焼く。裏返し蓋をして2〜3分蒸し焼きにする。
- 皿に盛り付けて、ねぎとお好みでポン酢をかけたら完成。

教えてくれたのは
栄養管理科
小林 竜也さん



Access 交通のご案内



堺区・南区方面に送迎バスを運行中!

堺区ルート 19本/日 南区ルート 8本/日

無料
※平日のみ

●運行ルート・時刻表につきましては、ホームページでご確認ください。

バスでお越しの方

中もず駅前、石津川駅前、深井駅、泉ヶ丘駅、若竹大橋、梅・美木多駅、堺東駅前
上記の南海バス停留所から、堺市立総合医療センター行きのバスをご利用ください

電車でお越しの方

JR阪和線津久野駅 徒歩約5分

車でお越しの方

阪和自動車道「堺IC」より10分
阪神高速道路15号堺線「堺出口」高架道を出口まで進み
国道26号線より15分

駐車場料金のご案内		
一般ご利用者(お見舞い等)	当日受診された方	手術付き添いの患者さんのご家族等
最初の1時間 200円	5時間まで 200円	24時間まで 200円
最初の30分以内に駐車の場合は無料。以降30分毎に100円		当日受診された障害者手帳をお持ちの方 無料



地方独立行政法人 堺市立病院機構

堺市立総合医療センター

SAKAI CITY MEDICAL CENTER

〒593-8304 大阪府堺市西区家原寺町1丁目1番1号

TEL.072-272-1199

<https://www.sakai-city-hospital.jp/>