

ほほえみ

春

【特集】 透析になってからの腎臓 について



理事長コラム

「慢性腎臓病とどう向き合っていくか」

【季節のレシピ】

- ・ たけのこたっぷり肉じゃが
- ・ 桜えび香る たけのこご飯

【各種ご案内】

- ・ 入院アンケート結果のご報告
- ・ 本院入口サーモカメラ設置のお知らせ

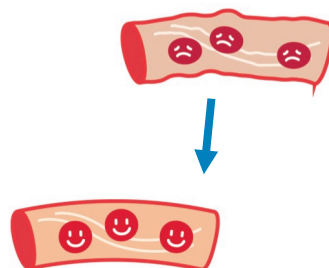
特集 透析になってからの腎臓について

東葛クリニック病院
富田晋太郎

皆さま、こんにちは。東葛クリニック病院・泌尿器科の富田です。今回は透析を受けておられる患者さんの腎臓はどう変化していくのか、どんな症状に注意しなくてはいいけないのかをお伝えしたいと思います。

はじめに

透析患者さんの腎臓の変化について理解を深めて頂くために、基本的なことを知っていただく必要があります。それは、どうして透析が必要になってしまうのかについてです。



腎臓の機能の一つは老廃物の増えた血液をきれいな血液へすることです

ご存知の方も多いと思いますが、腎臓の機能は大まかに

血液中の

- ① 尿毒素(血液中の老廃物)の除去
- ② 電解質(様々な塩分です)の調節
- ③ 酸性アルカリ性の調整
- ④ 水分の排出
- ⑤ 赤い血(赤血球)を増やすホルモンの産生

となります。



のう胞がたくさんできた状態の腎臓 (イメージ図)

簡単に考えると、腎臓に老廃物の増えた血液が通ることによって尿を作り出し、きれいな血液が全身に戻るといったイメージです。

透析は、これらの腎臓の機能が様々な原因で失われていく過程で、人工的な浄化を行わなければ、きれいな血液を維持できなくなるため始められます。

個人差はありますが、腎臓が①～⑤全ての機能を完全に失うまでは期間があります。機能を失っていく間はもちろん、完全に機能を失った後も腎臓には血液が流れます。

腎臓の機能が失われていくと、腎臓のお肉が萎縮していく一方、自らの形を保つことができず、のう胞(水たまり)がたくさんできやすい状態になっていきます。このような状態を医学的には『複雑性腎のう胞』と表現します。例えるならば『腎臓が小ささまざまな水風船の集まり』と変わっていくのです。また、のう胞に本来の腎臓とは違うお肉(腫瘍)が増えたりしまったりすること『後天性多のう胞性腎疾患』といい、血液透析になってから2年で約3割、8年で9割以上の頻度で起こります。

この『水風船』が不都合な病気をおこすのですが、その中でも頻度の高い3つをご紹介します。

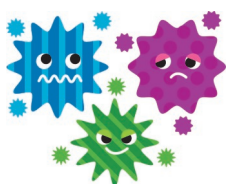


腎のう胞内出血

ひとつめは『腎のう胞内出血』です。先ほど完全に機能を失った腎臓にも血液が流れるとお伝えしましたが、水風船

のようなのう胞の壁にも細かい血管が通っています。壁は薄くて中身は水分であるため簡単に裂け、壁の中の血管も切れて出血しやすいと考えられます。

血尿になることもあります。のう胞の外に血液が出なければ血尿にならないことも多く、急に背中が痛くなった場合は要注意です。時にはお腹の張りが強くなり、調べてみたら腎のう胞内出血だったということがあります。出血がのう胞内に溜まり、止まってくればよいのですが、のう胞が大きくなり、出血が止まらないうと貧血が進みます。そのような場合は、輸血や腎臓への血管を詰めて止血する緊急処置が必要なこともあります。



腎のう胞感染

ふたつめは『腎のう胞感染』です。先ほどお話ししたのう胞出血を伴うこともあります。

のう胞の中には血液をろ過した様々な物質が溶けていて、それが細菌の『エサ』になります。ひとつめの『腎のう胞内出血』で感染を起こすと、血液そのものという更に栄養たっぷりの『エサ』で満たされてしまいます。しかも、のう胞の内部には身体の免疫が届きづらいため、感染がかなり進んでから発見されることも少なくありません。こちらも背中の痛みを起こすことがあります。特徴的なのは、夕方から夜にかけて高熱がでて朝は熱が下がる『弛張熱』を起こしやすい点です。



加えて、腎臓には多くの血液が流れているため、血液中に菌が入ってしまうと『敗血症』といった命にかかわる感染症になることさえあります。治療方法は抗生剤が主となりますが、炎症が強くて敗血症の危険性が高く、感染したのう胞が

特定できる場合は背中からカテーテルを介して膿を出すこともあります。

透析患者さんの免疫は、そうでない方に比べて低下しているともいわれており、尿が出なくなっていると、膀胱炎の時のように水分をたくさん摂って菌を洗い流すことができないため、透析患者さんが尿関係の感染症を起こすと治療に苦労しやすく注意が必要です。

これら2つは何の前触れもなく起こることがほとんどで、予防方法も確実なものはありません。起こった時できるだけ早く対応することが大切です。動かない時にも背中に強い痛みが生じた場合、弛張熱が出た場合は、朝に熱が下がっていても穿刺前に透析室スタッフへお申し出ください。



腎腫瘍(がん)

前の2つと違い、早期発見・早期治療につなげられるのが三つめの『腎腫瘍(がん)』です。医療現場では『透析腎がん』と言われます。

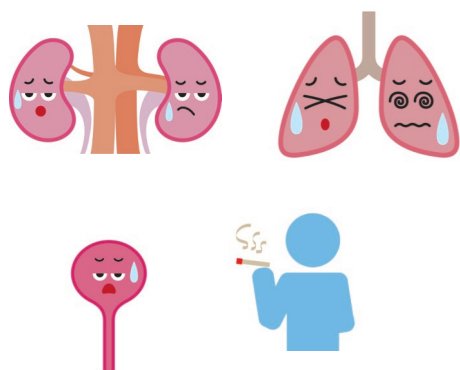
腎臓がんは、血液透析を始めてから腎臓が変化して起こる後天性多のう胞性腎疾患の5〜20%を占め、これは一般の腎臓がん発生頻度の数倍から20倍に相当します。30〜50才代で、透析期間が7年半以上の方に多く、男性は女性の6倍起こりやすい特徴がありますが、なぜ男性に多いかはわかっていません。また、透析治療期間が15年を超えた透析腎がんは一般の腎がんよりも予後が悪いという報告もあります。

腎のう胞の中には様々な物質が溶けていて、腎臓の機能の項目でお話した尿毒素(血液中の老廃物)も溶けています。正常な腎臓であれば、尿毒素を尿として排出できるのですが、血液透析を受けている方のう胞はそれらを排出できません。この尿毒素に発がん性があるのではないかと疑われています。腎臓移植を受けると、患者さん自身の後天性多のう胞性

腎疾患(水たまりと本来の腎臓でないお肉)が改善するという報告もされています。

また、先ほどお話しした、透析治療を受ける状態自体、免疫が下がっているため、がんを抑え込めないと考えることもできます。

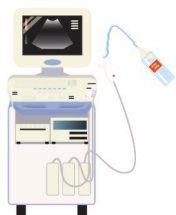
タバコには発がん性物質が含まれているのは皆さまご存じの通りです。意外かもしれませんが、肺がんや喉頭がん、食道がんだけでなく、喫煙が腎臓がん・腎盂尿管がん・膀胱がんのリスクを上げることが、泌尿器科医師の中で常識とされています。



これは尿の中にタバコの発がん性物質が含まれていることを意味します。先ほど男性に透析に関連した腎臓がんが多い原因はまだわかっていないとお伝えしましたが、もう胞内が尿毒素とともにタバコの発がん性物質に浸されていると考えると、男性と女性の喫煙率の差が原因なのかもしれません。

腎臓の定期検査について

これほど高い確率で透析患者さんが腎臓を発症しやすいことも踏まえ、東葛クリニック病院とサテライト透析施設では半年～1年毎に定期的な腹部超音波検査を行っており、画像に疑わしい影が見られた時は本院泌尿器科に紹介となります。



本院では、CT検査を含めた評価を行った上で、放射線科の画像読影専門の

先生を外部より毎週お招きし、泌尿器科医師とのダブルチェックを経て診断しています。尿路以外の画像異常が偶然見つかることもあり、その際は適切な診療科への紹介も行います。

一般的には『検査』と『結果説明』とで2回の来院が必要となりますが、以前から、泌尿器科では診断結果と方針を、透析患者さんが通われているサテライト施設に電話報告し、担当医師からお伝えする形をとっております。検査はCT機器のある本院で行わなければならないものの、問題がなかった場合の報告は、透析患者さんのご足労を減らすため、このような対応をして参りました。新型コロナウイルス感染症のリスクが叫ばれている昨今、結果的にその軽減にもなるシステムとなっております。

最後に

以上のように、透析開始後、腎臓に起こる病気は命にかかわることも多いものです。

特に、高い確率で発症し、定期検査で早期発見、早期治療できる可能性のある

透析腎がんを見逃さないためにも、当グループで透析を受けられている方々には、定期的な腹部超音波検査をしっかり受けていただき、必要な時は本院受診をぜひお願いいたします。

(東葛クリニック病院

泌尿器科部長・富田晋太郎)

『参考文献』

- ・腎臓のすべて
- ・「基礎から実地診療まで」改訂第2版
- ・腎臓診療ガイドライン2017年
- ・(日本泌尿器科学会)
- ・腎臓取扱い規約第5版



CT検査装置

(320列エリアディテクターCT Aquilion One)

ほほえみ通信（医療に関することや日々の話）



「慢性腎臓病とどう向き合っていくか」

民家の庭先に植えられている白木蓮が、春の日差しを浴びて少ししぼんだように見える頃、桜の蕾のふくらみがその大きさを増し、枝全体がピンク色に色付き「もういつでも開花できるよ」と囁きかけているそんな季節が訪れてきた。まさに春本番である。



最近、高齢の透析患者さんが増えていて、比較的元気に透析を継続しておられるのを見ると、これからの高齢者の慢性腎臓病治療のあり方をいろいろと考えさせられる。そして、高齢者を取り巻く

環境整備をしなければ、なかなか質の高い透析治療を継続することもままならない厳しい現実を、なんとかしなければと思うばかりである。

それだけでなく、保存期の慢性腎臓病の患者さんの中にも高齢の方が多くおられる。数年前のこと、97歳を迎える男性がいらした。その方は月1回の外来通院で診察を受けており、いつもお嫁さんが一緒に来院されていた。クレアチニンが2.1〜2.5台だったのが、2.6〜2.8に上昇、月1回のエリスロポエチン製剤投与でヘモグロビンが10前後に保たれているという現状だった。日頃から100歳まで生きたいという希望を話されるので、なんとか透析をせずに100歳までと考えるが、はた



して可能だろうかと思ってしまう。妙なプレッシャーを感じながら、毎月会えるのを楽しみにしていた患者さんであった。



一方、88歳からI型糖尿病による腎不全で1年10ヶ月診ていた女性の患者さんが自宅で転び、その後に肺炎を併発、入院となつてしまったことがあった。入院後に肺炎の治療を行ったが貧血が強く、胃カメラで胃がんが見つかるなど、状態は不安定でクレアチニンも7台に上昇した。懸命の治療にもかかわらず肺炎は悪化し、抗生剤の投与でも改善せず、感染のコントロールがつかないまま、透析導入に至ってしまった。

その方は導入後、一時改善傾向をみせ、笑顔も出てくるなど、生きる意欲が見られたが、約2週間後に亡くなつてしまった。外来で診ていたときは透析導入をせ

ず、天寿を全うするのが良いのかと思っていたのだが、いざ合併症で腎不全が悪化すると、透析導入の判断がむずかしいことを思い知らされた。



患者さんが亡くなつて2週間後、ここ1年ぐらい毎回の受診時の付き添いで来ていた長男さんが挨拶に来られた。

「母は父と若くして東京に出てきて、私たち子供たちを育てながらこちらに住むようになつていました。父はかなり前に亡くなりましたが、父や爺さんのお墓もまだ田舎にあり、そこには親戚縁者も多いことから、先日、両親の故郷で葬儀を行い、無事済ませることが出来ました」と話してくれました。

また、「私は1年前に会社を定年退職してからは、母の介護に専念し、毎月病院

に母を連れてきておりました。仕事一筋に働いてきましたが、ここ1年、母の介護を通して自分を育ててくれた母への恩返しがいくらでも出来たような気がいたします。本当にありがとうございました」とおっしゃり、帰っていかれた。

短い時間ではあったが、親子が触れ合える時間を医師として共有できたことに感謝して、今後、何のために、どのようにして慢性腎臓病の患者さんを診ていかなければならないかを改めて考えさせられた出来事だった。

独居、老々介護、認知症、家庭内暴力、通院、金銭的負担などいろいろな問題を個々のケースごとに考慮しながら、心の触れ合いを深め、慢性腎臓病でも充実した人生が送れたと思つてもらえるように、今後も一人一人の患者さんを大切に接して行きたいという思いが、ますます強くなつてきた。

(医療法人財団松圓会

理事長 東 仲宣)

<当院の理念>

其 接 也 以 恕 (その接するや^{せつ}怒^{じよ}をもってし)

其 活 也 以 協 (その活するや^ち協^{きよう}をもってす)

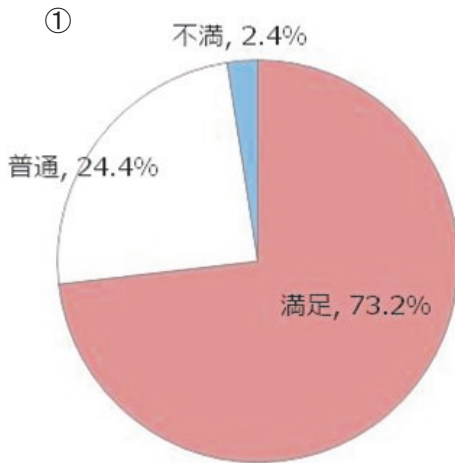
私たちは、相手の立場に立った思いやりの心である恕の精神で人に接し、専門性を超えたコミュニケーションを尊重する協の精神でチーム医療を推進し、これがもたらす最適医療の成果を患者さんに提供することを誓います。

ふれあい 通信



入院アンケート 結果のご報告

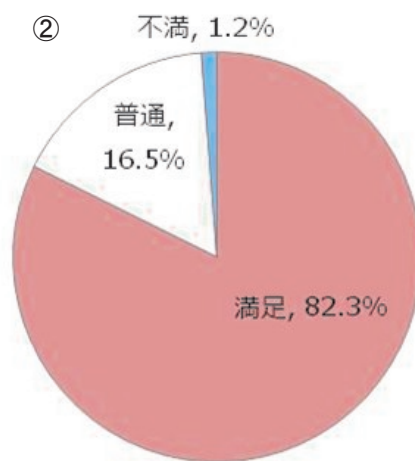
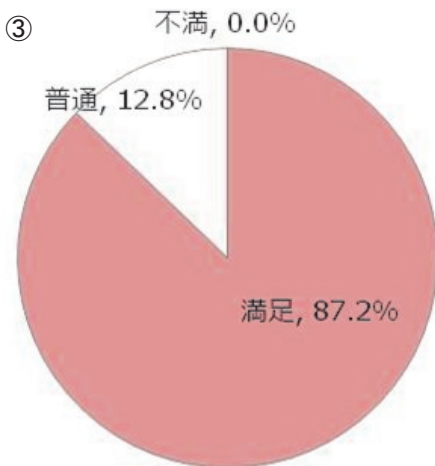
- ① 総合満足度
- ② 職員の言葉づかい・態度・身だしなみ
- ③ 施設の清潔感



東葛クリニック病院では毎年1回、入院患者さんを対象に、施設や職員に関する満足度のアンケートを実施しています。今年度は2021年1月から2月にかけてアンケートを実施し、42名の方から回答をいただきました。

ご協力いただきまして、ありがとうございます。

アンケート結果やいただいたご意見・ご要望は職員に周知し、改善するよう努めてまいります。



サーモカメラ
モニター画面

東葛クリニック病院では、来院時に体温を確認していただくため、正面入り口にサーモカメラを設置しています。来院された際は、手指消毒後、モニター画面に表示される体温をご自身でご確認ください。

熱がある場合には、腋窩体温計で再度、体温を確認いたします。

東葛クリニック病院 サーモカメラ設置中

当法人をご利用の皆さま

新型コロナウイルス感染防止へのご協力ありがとうございます

当法人8施設（東葛クリニック病院、東葛クリニックみらい、東葛クリニック松戸、東葛クリニック新松戸、東葛クリニック八柱、東葛クリニック柏、東葛クリニック我孫子、東葛クリニック小岩）には多くの透析患者さまが通院されておりますが、透析施設内でクラスターの発生は起きておりません（2021年3月現在）。現在の状況は、当法人を利用される皆さまのご協力によるものと思います。日頃の皆さまのご協力に感謝申し上げます。

今後も、新型コロナウイルス感染拡大防止のためには、来院される皆さまのご協力が欠かせません。当院を利用されるすべての皆さまとご家族、職員を新型コロナウイルス感染から守るため、引き続き、感染対策へのご協力をよろしくお願いいたします。

気をつけよう
感染リスクが高まる

「5つの場面」

場面①飲酒を伴う懇親会等

場面②大人数や長時間に及ぶ

飲食

場面③マスクなしでの会話

場面④狭い空間での共同生活

場面⑤居場所の切り替わり

（内閣官房・感染の再拡大防止
特設サイトより）

東葛クリニックグループ主催

勉強会・イベント

中止のお知らせ

2021年3月現在、新型コロナウイルス感染の終息の目途が立たない状態が続いています。

今後、ワクチン接種が進むことで、状況の改善が期待されるところではありますが、昨年に引き続き、今年度も新型コロナウイルス感染予防、拡大防止の観点から、当法人主催のすべての勉強会・イベントの中止を継続いたします。

開催が決定した際には、院内ポスター、ホームページなどでお知らせをいたします。

ご理解の程、よろしくお願いいたします。

季節のレシピ



コンビニ食材＋炊飯器でできるシリーズ
第3弾。袋を開けて、スイッチオンでできる、
簡単一品料理です。

今回はたけのこの水煮を使った2品をこ
紹介します。

たけのこたっぷり 肉じゃが



たけのこたっぷり肉じゃが

＜材料＞

- ・カレー用 具材 水煮 1パック(230g)
- ・豚こま切れ肉 100g
- ・たけのこ 水煮 1/2パック
- ・桜えび(乾燥) 1/2パック(5g)
- ・めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ2杯
- ・水 150ml

＜作り方＞

- ① じゃがいも・ニンジン・玉ねぎ(カレー用
具材 水煮)の水煮をしっかりと切り、
炊飯器に入れる。
- ② たけのこを食べやすい大きさにカット
し、水気を切って炊飯器に入れる。
- ③ 桜えび、めんつゆ、水を炊飯器に入
れ、早炊きモードで炊飯する。

＜一人前(200g)の 栄養成分＞

エネルギー	215 kcal
たんぱく質	12.8 g
塩分相当量	1.6 g
カリウム	491 mg
リン	165 mg
脂質	10.4 g
食物繊維	2.7 g

【ポイント1】

水煮になっている商品はカリウムが
少ないため、カリウムが多くなりや
すい料理を作るときにすすめて
す。ただし、一緒に入っている水分は
カリウムを含むため、捨てましょう。

【ポイント2】

めんつゆは万能調味料。たった一つ
で味が整います。

【ポイント3】

調味料を加えずに炊飯し、鍋に移
してカレーを加え、ひと煮立ち
させればカレーになります。

桜えび香る たけのご飯



桜えび香る たけのごはん

＜材料（5杯分）＞

- ・ 米 2合
- ・ 水 2合
- ・ たけのこ水煮（細切り） 1パック（100g）
- ・ 桜えび（乾燥） 1袋（10g）
- ・ 白だし 大さじ1.5杯

＜作り方＞

- ① 炊飯器に研いだ米2合を入れ、分量の水を加える。
- ② たけのこ水煮の水を切り、炊飯器の中に入れる。
- ③ 桜えび、白だしを炊飯器に入れ、炊飯する。



＜1人前（160g）の栄養成分＞

エネルギー	248 kcal
たんぱく質	5.4 g
塩分相当量	0.7 g
カリウム	80 mg
リン	79 mg
脂質	0.5 g
食物繊維	0.9 g



（栄養部）

管理栄養士 吉村 恵
栄養士 三ツ木恵子

- 【ポイント1】
生姜チューブ等があれば炊飯前に1〜2センチほど入れるとピリつとした辛さで味にメリハリが出ます。
- 【ポイント2】
白だしをめんつゆに変えてもOK。
- 【ポイント3】
細切りたけのこは切らずにそのまま使え、便利です。水煮のため、カリウムが少ないです。
- 【ポイント4】
米を1合で作る際は材料をすべて半にしてください。





東葛クリニック病院 外来診療のご案内

(2021年4月1日現在)

[受付時間] 午前 8:30～12:00 午後 13:30～16:30

外来診療予約電話 TEL 0120-113-751 (受付時間8:30～17:00)

[診療時間] 午前 9:00～12:30 午後 14:00～17:00

※ 当院は予約制となっております。診療券をお持ちの方はお手元にご用意の上、お電話下さい。

※ 日曜・祝日は休診です。諸事情により担当医が変更になる場合があります。

※ 但し、急患、新患の方はこの限りではありません。

		月	火	水	木	金	土	備考		月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	○	呼吸器外科	午後						○	診療時間 14:30～16:00 水曜日 第2、第4のみ
	午後	○		○	○	○			血管外科(循環器外科)	午後			○	○		
外科	午前	○	○	○	○	○	○	糖尿病外来	午前	○	○	○	○			土曜 第1, 第2, 第4のみ 土曜 診療時間 9:00～10:30
	午後		○	○	○	○	○		アセス外来	午前	○	○	○	○	○	
腎臓内科	午前	○						腎炎外来	午後					○		第1、第3のみ
	午後								乳腺外来	午前		○				
呼吸器内科	午前		○					ペインクリニック	午後			○				第2、第4のみ
	午後								ストーマ外来	午前			○			
循環器内科	午前				○			腎不全外来	午前		○			○		金曜日 第2, 第4のみ
	午後	○	○						創傷ケア	午後					○	
泌尿器科	午前	○			○			フットケア外来	午前	○					○	第2、第4のみ
	午後	○	○		○		○		褥瘡外来	午後	○			○		
整形外科	午前			○			○	胃内視鏡	午前			○	○	○	○	土曜 第1、第3のみ
	午後			○			○		大腸内視鏡	午後			○	○	○	
神経内科	午前								午後							
	午後															



東葛クリニックみらい

外来診療のご案内

[受付時間] 午前 8:30～11:30 午後 14:00～16:30

東葛クリニックみらい電話 TEL 047-366-6150

[診療時間] 午前 9:00～12:00 午後 14:30～17:00

※1 心療内科は完全予約制です。 ※ お薬は院外処方となっております。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・循環器内科	午前	○	○	○	○		
	午後	○	○	○	○		
糖尿病外来	午前				○		午後 診療時間 14:00～ (受付時間 13:30～)
	午後				○		
腎臓内科	午前		○				第1、第3のみ
	午後						

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・呼吸器内科	午前			○			
	午後						
消化器外科	午前					○	
	午後					○	
心療内科※1	午前					○	午後 診療時間 13:30～ (受付時間 13:00～)
	午後					○	