

# ほほえみ

# 秋



東松戸ゆいの花公園 撮影 総務部 野口隆司

【特集1】 「東葛クリニック  
栄養ケア・ステーション松戸」 開設

【特集2】 透析患者さんにおける放射線検査② 「CT検査」

## ＜当院の理念＞

其接也以怒 せつ じよ (その接するや怒をもってし)

其活也以協 ち きよう (その活するや協をもってす)

私たちは、相手の立場に立った思いやりの心である怒の精神で人に接し、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。

# 特集1 東葛クリニック「栄養ケア・ステーション」開設

栄養ケア・ステーション管理者 高崎美幸 管理栄養士

令和4年8月4日東葛クリニック松戸3階に、「東葛クリニック栄養ケア・ステーション松戸」を開設しました。

◎栄養ケア・ステーションとは？

栄養ケア・ステーションは、食・栄養の専門職である管理栄養士が所属する地域密着型の拠点です。あらゆる栄養ケア活動（地域での食育・健康づくり、疾病の予防・治療から介護、看取りまで）を提供し、「切れ目のない食支援」を目指します。東葛クリニックグループの患者さん、職員はもちろんのこと、地域の皆さんに広く利用していただきたい施設です。

◎どんなことをしてくれるの？

管理栄養士が、毎日の栄養・食について、直接的にサポートします。インターネットやTVの情報で十分と思われている方も多いと思いますが、身体は十人十色で、Aさんにとつての健康的な食事と自分に合っている食生活は異なります。直接的な栄養サポートは、お一人お一人のその人らしい生活スタイルを守りつつ、健康な状態に近づける支援です。

具体的には、①栄養・食に関する相談・食事に関して、健康面で気になっている方を幅広くサポート（食事療法を指示されている方は、主治医にご相談ください）、②健診後の食事指導（生活習慣の改善が必要な方やフレイル\*1サルコペニア\*2の改善が必要な方）、③訪問型の食事栄養相談（通院が困難な在宅療養の方は、ケアマネジャー、かかりつけ医にご相談ください）、④健康・栄養に関するレシピア献立の考案、⑤地域の食事や栄養に関する勉強会のお手伝い・講師派遣、⑥料理教室の企画運営、⑦診療報酬・介

護報酬にかかる業務（地域の医療機関との連携）、⑧歯科と連携した食事栄養相談（嚙む飲むことがむずかしくなってきた方）、⑨食品・栄養成分表示に関する相談、⑩地域包括ケアシステムにかかる事業（通所事業所やグループホーム、有料老人ホーム・配色サービス事業者との連携）、⑪スポーツ栄養に関する相談の全11項目が、指定の栄養ケア・ステーションのサービスです。東葛クリニック

栄養ケア・ステーション松戸では、この他に、IN Body S10を用いた体組成の測定やご家庭の味の塩分測定、パタカせんべいや咀嚼力チェックガムで食べる力を調べることや食事をバランスプレートで見えるなど、ご自身で体験して、目で感じてもらうようなサービスを色々ご用意しています。

\*1 加齢に伴い身体の子備能力が低下し、健康障害を起しやすくなった状態、虚弱。

\*2 筋肉量が減少し、筋力や身体機能が低下している状態。特に高齢者の身体機能障害や転倒のリスク因子になり得る。





# LOOK

◎利用の仕方は？

E-mailかFAX・お電話で、直接左記にご連絡ください。

ご要望に応じて、医療保険・介護保険の適用などを検討し、サービスマテリアル等をご提示しご納得いただいた上で、栄養・食のサポートをいたします。

◎担当者はどんな人？

東葛クリニックを長く利用されている方は、この顔に見覚えがある人がいらっしゃるかもしれません。平成25

**東葛クリニック栄養ケア・ステーション松戸**  
住所：松戸市根本64-2 東葛クリニック松戸3階  
E-mail：[tc-eiyoucs@mbr.nifty.com](mailto:tc-eiyoucs@mbr.nifty.com)  
Tel&Fax：047-361-8810  
担当：在宅栄養専門管理栄養士  
高崎美幸（たかさき みゆき）



年1月まで東葛クリニック病院栄養部の課長をしておりました。その後丸8年、神奈川県鶴巻温泉病院で栄養サポートチーム（NST）、在宅訪問栄養食事指導・居宅療養管理指導、地域栄養ケアを経験し、令和4年に戻ってまいりました。これまでの経験を生かし、松戸市に地域栄養ケア活動を根付かせていく所存です。そのためにも、地域の皆様に栄養ケア・ステーションを利用していただきたいと思えます。よろしくお願いいたします。

◎栄養の日イベントのお知らせ

東葛クリニック栄養ケア・ステーション松戸は、8月4日にOPENし、8月5日・6日にはお披露目を兼ねた栄養の日イベントを実施予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、延期となりました。コ

ナが落ち着いてきたところで何とか今年中のリベンジを！ということと、11月5日（土）AMPM・6日（日）AMに栄養の日イベントを実施することが決定しました。

医師・看護師・歯科衛生士・薬剤師・管理栄養士他、様々な職種の講師の参加が決まっています。また、事前申し込みにて、IN Body S10（体組成測定）、身体機能チェック（握力測定、バランステスト、椅子立ち上がりテスト、歩行速度、片足立ちテスト）を実施します。当日は感染対策を徹底し、密にならず、長時間の滞在にならないように配慮してまいります。

現在プログラム調整中ですので、詳細内容の告知は別途イベントのチラシを作成し、ご案内させていただきます。

多くの皆様のお申込みをお待ちしています。また、栄養ケア・ステーションのイベントは毎年栄養の日（8月4日）前後に行う予定ですので、今回ご都合のつかない方は次年度以降でご参加いただけますようご予定を空けておいていただければ幸いです。

東葛クリニック栄養ケア・ステーション松戸をこれからよろしく願っています。

# 特集2 透析患者さんにおける放射線検査② 『CT検査』

はじめに】

CT検査とは、X線を利用して体の内部(断面)を画像化する検査です。画像処理をすることにより、体の細かな情報を得ることが出来ます。

【CT検査の強み】

平面的な情報しかない胸部単純写真では、心臓や横隔膜に重なった部分や、微小な疾患を発見することができません。また、侵襲が少なく簡便なエコー検査は有用ですが、腎実質は描出しやすい反面、腎盂や尿管の異常は描出しにくいことがあります。

これらをカバーできるのがCT検査です。悪性腫瘍の頻度で最も多い腎・泌尿器系、消化器系、呼吸器系、乳腺・内分泌系を含めたスクリーニング検査として胸腹部CT検査は非常に有用です(図1)。

そのため、透析導入後3年以上胸部・腹部CT検査を行っていない方を対し、必要性を判断した上でCT検査を行い、疾患の早期発見に努めています。

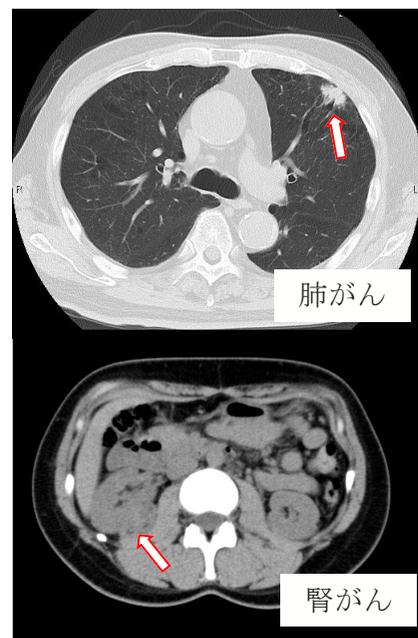


図1 CT画像(胸部と腹部)

【慢性透析患者と悪性腫瘍】

慢性維持透析患者さんの悪性腫瘍のリスクは、一般の人と比較して全がん症例で1.8倍、腎がんに関しては15倍にもなると言われています。

透析医学会が2020年末に調査したものとすると、慢性維持透析患者さんのうち、何らかの悪性腫瘍と診断された割合は、男性で6%、女性で4.5%という結果が出ています。

悪性腫瘍の種類については、男性では1位が腎泌尿器系(約44%)、2位が消化器系(約30%)、3位が呼吸器系(約15%)。女性では1位が乳腺・内分泌系

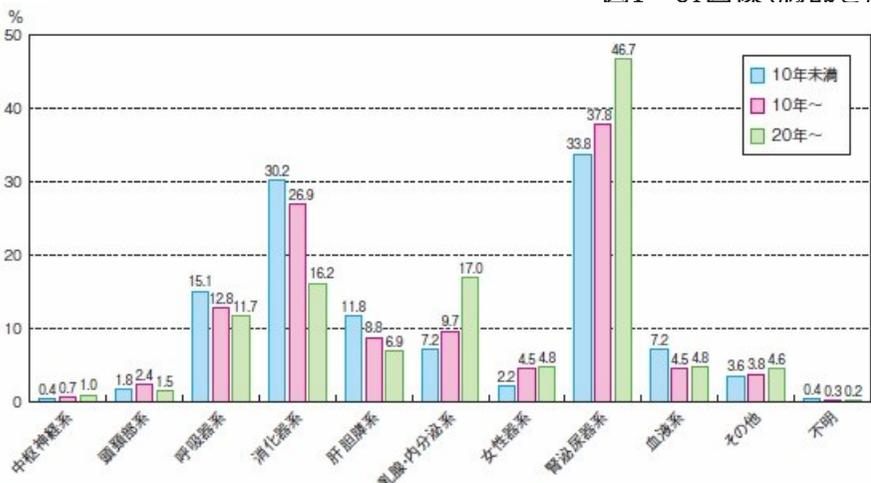


図2 悪性腫瘍の種類と透析歴(2020年) ※透析医学会より引用

(約26%)、2位が消化器系(約25%)、3位が腎泌尿器系(約15%)でした。



基本的には透析歴が長いほどリスクは高くなりますが、消化器系等の一部は透析導入初期が高いため(図2)、透析歴に関わらず早期発見のためのスクリーニング検査が重要となります。

### 【サルコペニアと大腰筋面積測定】

慢性維持透析患者さんは、サルコペニア(加齢による筋肉量減少や筋力低下)を合併することが多いと言われていています。サルコペニアになると、歩く、立ち上がるなどの日常生活の基本的な動作に問題が生じ、介護が必要になったり、転倒しやすくなります。

サルコペニア予防・改善のために必要なものは、『適度な運動』と『栄養バランスの取れた食生活』です。早期に診断することで、早めに運動・食生活の改善ができ、サルコペニアの進行を抑えることができます。

サルコペニアと診断するには様々な評価指標があり、その一つに大腰筋面積測定があります。

当院では早期診断のために、CT検査を行った時に得られたデータを使用して、大腰筋面積測定を行うことがあります(図3)。

現在はサルコペニア診断の補助として使用されていますが、運動・栄養療法

の評価に使用できるとのデータもあり、今後はより有用性が高まっていくものと思われれます。

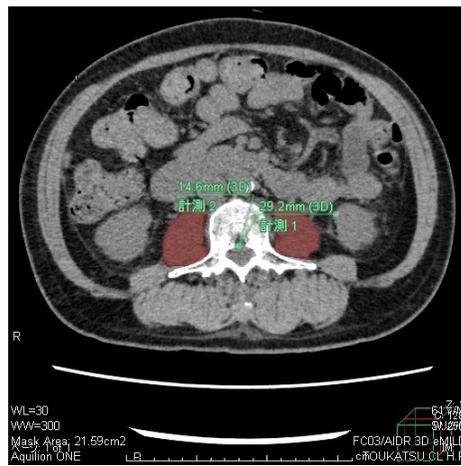


図3 大腰筋面積測定

### 【多発性嚢胞腎と腎容積測定】

多発性嚢胞腎とは、嚢胞が両腎に多発し増大することで進行性に腎機能が低下し、70歳までに約半数が末期腎不全に至る疾患です。

嚢胞の増大する速度を遅くする効果のある薬に、トルバプタン(サムスカ)があります。使用するためには、腎容積測定が必要となつていきます。腹部CT検査を行い、得られたデータから3D解析にて腎容積を求めています(図4)。

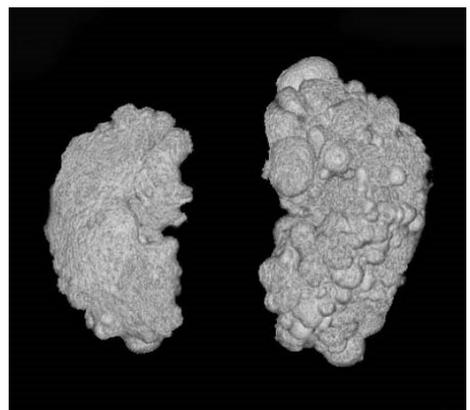


図4 腎容積測定  
(多発性嚢胞腎の3D画像)

### 【おわりに】

放射線技術部では診断の補助となる様々な検査を行い、QOL(生活の質)向上に取り組んでいます。CT等の検査についてご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

(放射線技術部)

診療放射線技師・田吹晃二)

### 『参考文献』

- 日本透析医学会 我が国の慢性透析療法の現況2020年
- 日本腎臓学会誌 2017 透析患者と悪性腫瘍
- 防衛医科大学校雑誌 2022 透析腎癌
- 腎癌研究会 腎癌の基礎知識

食欲の秋

おすすめ簡単レシピ

「さんまときのこの簡単炊き込みご飯」



【さんまときのこの簡単炊き込みご飯】



【今回の食材量】



# レシピ



【栄養成分 (1人分)】	
エネルギー:	484kcal
たんぱく質:	14.8g
脂質:	15.3g
塩分相当量:	2.9g
カリウム:	359mg
リン:	236mg



〈材料 2人分〉	
米	1合
さんまの蒲焼缶 (一缶)	100g
ごぼう+人参	50g
しめじ	50g
ごま油	(小さじ4)
白だし	(大きじ2)
青ネギ	8g



## 【作り方】

- ①まず米1合を炊飯器のお釜に入れ、水で米を研ぎ、1合のメモリまで水を入れます。
- ②①にほぐしたしめじ、ごぼうと人参を入れます。続いて白だしを加え、さんまの蒲焼を入れる。この時、缶詰のタレも一緒に入れて炊飯します。
- ③炊きあがったご飯のさんまをほぐし、ごま油とねぎを入れ混ぜ合わせます。

最後に盛り付けたら完成です。



## 【ポイント】

- ・今回のレシピは、エネルギー、たんぱく質を簡単に効率良く摂取したい方におすすめのレシピです。
- ・調理の手間を省くために、さんまは味の付いている缶詰を、ごぼうと人参はすでに切られ、茹でてありパウチされているものを使用しています。
- ・さんまは、DHA、EPAという脂肪酸が豊富に含まれており、悪玉コレステロール(LDL)、中性脂肪を下げ、血栓予防の効果が期待できます。
- ・しめじには、β-グルカンという食物繊維の一種が含まれています。このβグルカンは、免疫細胞のはたらきを活発にし、免疫力を上げてくれる効果が期待できます。ただし、きのこはカリウムが高いので腎機能が低下している方は食べ過ぎに注意しましょう。

栄養部

管理栄養士 小川晴久



# 東葛クリニック病院 外来診療のご案内

[受付時間] 午前 8:30~12:00 午後 13:30~16:30  
 [診療時間] 午前 9:00~ 午後 14:00~

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

※ 当院は予約制となっております。診察券をお持ちの方はお手元にご用意の上、お電話下さい。  
 ※ 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
内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
外科	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後						
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	金曜・午前 第1、第3、第5のみ
	午後	○	○	○	○	○	土曜・午後 第4のみ
呼吸器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
循環器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	木曜・午前 診療9:30~
消化器外科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
泌尿器科	午前	○	○	○	○	○	月曜 第1、第3、第5のみ
	午後	○	○	○	○	○	土曜・午後 第1、第3、第5のみ
整形外科	午前	○	○	○	○	○	月・火・木曜の午後は検査のみ
	午後	○	○	○	○	○	土曜・午前 第2、第4のみ
呼吸器外科	午後	○	○	○	○	○	診療時間 14:30~16:00
	午後	○	○	○	○	○	水曜日 第2、第4のみ
血管外科(循環器外科)	午後	○	○	○	○	○	

	月	火	水	木	金	土	備考
糖尿病外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
神経内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午後診 13:30~15:00
アセス外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午後診 第1、第3のみ
腎炎外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午前診のみ
乳腺外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ
ペインクリニック	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午前診のみ 木曜日 第2、第4のみ
ストーマ外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	金曜日 第2、第4のみ
腎不全外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ 診療時間 13:30~
創傷ケア	午前	○	○	○	○	○	9:00~11:00 14:00~16:00
	午後	○	○	○	○	○	第2土曜日、第4木曜日のみ
フットケア外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午後診 第2、第4のみ
褥瘡外来	午後	○	○	○	○	○	診療時間 15:30~16:30
	午後	○	○	○	○	○	土曜日 第3のみ
胃内視鏡	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	土曜日 第1、3のみ
大腸内視鏡	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	



# 東葛クリニックみらい

[受付時間] 午前 8:30~11:30 午後 14:00~16:30  
 [診療時間] 午前 9:00~12:00 午後 14:30~17:00

# 外来診療のご案内

東葛クリニックみらい電話 TEL 047-366-6150

※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	○	○	○	○	○	午後 診療時間 14:00~ (受付時間 13:30~)
内科・呼吸器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	第1、第3のみ
	午後	○	○	○	○	○	
睡眠時無呼吸外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	午後 診療時間 13:30~ (受付時間 13:00~)

	月	火	水	木	金	土	備考
糖尿病外来	午前			○	○		
	午後			○	○		
消化器外科	午前					○	
	午後					○	
心療内科※1	午前					○	
	午後					○	午後 診療時間 13:30~ (受付時間 13:00~)