

# ひだまり

HIDAMARI

冬号  
2024  
vol.210



## 慢性腎臓病の早期発見・治療を！

総合診療内科スタッフ

### 目次

02 新年のご挨拶

03 病院からのお知らせ

「院内フリー WiFi 稼動中」

「血液浄化療法室、点滴・治療センターを拡充」

04-05 特集

「慢性腎臓病 (CKD) について」

06 看護師は見た！

「日々、心揺さぶられる救急の現場で」

レシピ de 元気！

「焼津ならではの逸品 つみれ煮」

07 外来診療日一覧表 (1月4日現在)

08 ひだまりNEWS

より良い医療の提供を行うとともに、市民の健康増進に貢献することで、市民の信頼に応えます

## 新年のご挨拶

### 「謹賀新年」

皆様、明けましておめでとうございます。

当院は長年に渡りこの地域の急性期医療の中核としての役割を担ってきました。これからも地域の皆さまに信頼される病院として最善の医療を提供すべく、スタッフ全員がそれぞれの仕事に真摯に取り組んでいきたいと考えています。

新型コロナウイルス感染症はまだ完全には収束していませんが、昨年5月に5類に移行し、世の中全体としては徐々にコロナ以前の状況に戻りつつあります。当院としては、今後とも新興感染症対策にも十分に力を注いでいきます。

診療面では、昨年1月から松岡医師（静岡赤十字病院眼科副部長）に非常勤医師として加わっていただき、日帰り及び短期入院白内障手術や硝子体手術の導入など当院眼科診療をさらに充実させました。4月からは埼玉県立がんセンターから風間医師（東京大学医学部附属病院大腸腫瘍外科所属）が副病院長として就任し、低侵襲のロボット支援下大腸癌手術を開始しました。また、8月には東京大学医学部附属病院泌尿器科及び腎臓・内分泌内科の応援を得て10年ぶりに（生体）腎移植を再開しました。

なお、今回の新型コロナウイルス感染症流行に伴い、全国的にもまだがん検診の受診率低下が続いています。皆さまにはかかりつけの先生や当院担当医とも相談の上、必要に応じて適切に医療機関を受診していただくようお願い申し上げます。

### 「新年を迎えて」

新年、明けましておめでとうございます。

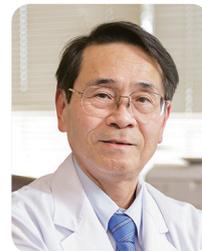
昨年は、新型コロナウイルス感染症が5類に分類されたことで行動制限も緩和され、WBCやラグビー、バスケットボールワールドカップが開催されるなど、日常生活に明るい兆しが見え始めた反面、世界情勢や物価高などの新たな困難に直面する年となりました。

今年は、パリオリンピック開催の年でもありますし、平穏で明るい日々が送れますようお願いしております。

さて、私事になりますが、昨年4月より焼津市立総合病院に赴任し、お世話になっております。診療の面では、外科に所属して、大腸癌のロボット支援下手術（ダヴィンチ手術）の立ち上げを行ってきました。今年は大腸のロボット支援下手術が焼津で定着するよう努力する所存です。

また病院業務として、患者支援センター、新病院建設事業の仕事にも従事させていただきました。いずれも当院がより良い医療の提供を行う上で、前を向いて進めていかなくてはならない事業であり、今年もさらにより良い病院となることを目指して取り組ませていただきたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



病院事業管理者兼  
病院長  
関 常司



副病院長兼患者  
支援センター長  
風間 伸介





## 「院内フリー Wi-Fi 稼働中」

令和5年10月より、患者様の満足度向上のため院内フリー Wi-Fi を稼働しました。

〔利用場所〕 外来（救急室含む）、玄関ロビー、病棟（病室及びデイルーム）

〔利用時間〕 7:00～21:00（テレビの使用可能な時間に合わせてあります）

〔認証方法〕 1. 指定された2つのQRコードを順に読みとる方法

2. SSID（Wi-Fi名）を選択しパスワードを手入力する方法



### ★ご注意ください

- ・フリーWi-Fiにおいても撮影・録音は禁止します。
- ・大音量での音楽や動画の再生等、他の利用者の迷惑となる行為は禁止します。（イヤホンやヘッドフォンをご使用ください）
- ・当院は機器の接続設定に関するお問い合わせについては受付けておりません。
- ・電波環境により使用できない区画もございます。

### 注意事項



## 「血液浄化療法室、点滴・治療センターを拡充」

現在、当院では、「血液浄化療法室」と「点滴・治療センター」の機能拡充のため、A棟4階の改修工事を行っています。

血液浄化療法室においては、今後も増加が見込まれる透析患者を受け入れるため、透析ベッド11床を増設し、現在の35床から46床に拡大します。

また、点滴・治療センターにおいては、現在の17床から27床に拡大し、がん薬物療法などの外来化学療法の需要増に対応していきます。稼働は、2024年2月からを予定しています。

引き続き、当院では、地域ニーズに合った医療サービスを提供していく取り組みを行っていきます。



現在の血液浄化療法室



現在の点滴・治療センター

# 特集

Topix

## 「慢性腎臓病（CKD）について」

医務部長兼総合診療内科長 池谷 直樹

### ◆ 慢性腎臓病（CKD）の重要性

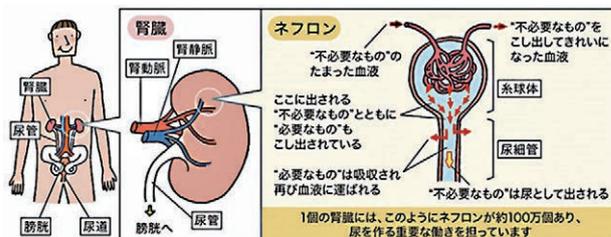
今回は、慢性腎臓病（CKD）についてご紹介します。CKDは、新たな国民病として注目され、日本腎臓学会などから啓発がされています。なぜ、CKDが重要かというと、①CKD患者が我が国で実に成人の8人に1人、約1330万人と非常に多いこと、②CKDが進行し、腎代替療法（血液透析、腹膜透析、腎移植）が必要な患者が我が国で急激に増加していること、さらに③CKD患者は腎臓病の進行のみでなく、高率で心臓血管病変を合併すること、また、④近年CKDが予防可能、また治療できるようになった点が挙げられます。

### ◆ 腎臓の働き

腎臓は図1のように背中から腰にかけて左右に一個ずつあり、そらまめのような形をして、大きさはにぎり拳くらいです。一つの腎臓の中にはネフロン（糸球体という血管のかたまりとそこから伸びる尿細管という管のセット）が100万個詰まっています。糸球体とはフィルターのようなもので、血液を濾過して、老廃物を排泄しています。腎臓には種々の働きがありますが、最も重要なのは、体の中に生じた老廃物や、余分な水分、ミネラルなどを尿から排泄することです。

老廃物の一つにクレアチニンという物質があり、筋肉から代謝され尿から排泄されます。腎機能が低下して老廃物がたまると血清クレアチニン値は高値になります。血清クレアチニンの正常値は男性で0.5-1.1mg/dl、女性で0.4-0.8mg/dlで、女性では筋肉量が少ないので低めになります。クレアチニンは、水分と一緒に糸球体から濾過されて、その後の尿細管では影響をほぼ受けずに排泄されるために、血清クレアチニン値から、糸球体を濾過する血液量が計算でき、クレアチニンから求めた1分間に糸球体が血液を濾過する量を糸球体濾過量GFRと呼びます。健常人では100ml/分/1.73m<sup>2</sup>前後（160L/日）となります。

図1 腎臓の働き



出典：NPO法人腎臓サポート協会HP 腎臓なんでもサイトより

### ◆ 慢性腎臓病（CKD）の定義と原因

CKDの定義として、表1のように、尿異常、GFRの低下（60未満）がいずれか、または両方が3ヶ月以上続いている状態とされています。表2はCKDの重症度分類の表です。

CKDの初期は無症状で、実際に症状が出るのは高度に進行した場合です。症状がでてから病院を受診して、既に進行した状況で初めて治療が開始されることが時々あります。腎臓病は早期に診断、治療するとそれだけ効果が見られるので健康診断を受けることが必要です。

腎機能が低下してくると、やがて腎代替療法が必要な状況になります。eGFRが15ml未満で末期となり、腎移植や血液透析などが必要となります。

腎臓代替療法になると患者さんの日常生活にも制限がかかり、種々の合併症が生じやすくなります。腎臓内科としてはできるだけ透析導入を遅らせるように、薬物療法も含めてお手伝いをしていきます。

表1 CKDの定義

① 尿異常、画像診断、血液、病理で腎障害の存在が明らか。特に0.15g/gCr以上の蛋白尿（30mg/gCr以上のアルブミン尿）の存在が重要
② GFR < 60ml/分/1.73m <sup>2</sup>
①、②のいずれか、または両方が3ヵ月以上持続する

出典：CKD診療ガイド

表2 CKD 重症度分類

重症度の説明	腎機能 (GFR)	推計患者数
健康な腎臓	90以上	234.1 万人
腎機能の低下が見られるが、正常の範囲内	60-89	
腎機能が中等度低下	30-59	1,074.3 万人
腎機能が高度に低下	15-29	19.1 万人
腎不全	15未満	4.6 万人



出典：CKD診療ガイド

### ◆ 慢性腎臓病 (CKD) の原因

CKDの原因としては、糖尿病、高血圧の頻度が多く、その治療がCKDの予防、治療手段となります。糖尿病、高血圧共に動脈硬化を引き起こす疾患で、腎臓は糸球体も含めて、血管が豊富なため、血管を守る治療が腎臓を守ることに繋がります。したがって糖尿病、高血圧の厳格な管理、早期から生活習慣の改善、食事療法が有効です。

また、近年にはCKDそのものに対する薬物療法も出てきました。10-20年前にはなかった新たな薬物が登場しており、我々もその有効性を実感しつつあります。また、他の原因に糸球体腎炎、遺伝性の多発性嚢胞腎のような腎臓病や、結石、腫瘍、感染症などもあり、それぞれに特化した治療法が必要となります。

### ◆ 日常生活でできること

過労を避けて規則正しい生活をしましょう。血圧は130/80mmHg未満を目指しましょう。摂取食塩は一日6g未満とします。感染症に気をつけましょう。適度の水分の摂取をして、脱水にならないようにしましょう。喫煙はCKDの原因となり、また悪化因子にもなります。是非とも禁煙すべきです。



### ◆ 心臓腎臓連関について

心臓腎臓連関という関係があります。これは、腎臓が悪くなると心臓病が高頻度に合併し、その逆に、心臓が悪くなると腎臓も障害されるというものです。実際にCKDでは末期腎不全に至る率よりも高頻度に心血管事故に至る率が高いということがわかっています。図2はGFRの低下とともに心血管事故、入院、全死亡が増加するというものです。

悪循環を起こさないために早期の対策が必要です。

図2 腎機能GFRと全死亡、心血管事故、入院頻度の関係



出典：Go AS et al. N Engl J Med 2004

以上、CKDについてお話ししました。健康診断の検尿やGFRの値をかかりつけの先生に見ていただき、必要があれば腎臓内科にご紹介いただければと思います。

看護師は見たっ!!



## 日々、心揺さぶられる救急の現場で

救急室副看護師長 田中 彰子

皆さん、救急受診をしたことがありますか？ 夜間、熱が出た、お腹が痛くなった、気持ちが悪くなった、ケガをした……など、急な痛みや苦しさを我慢できない時、「病院に行こう」と思いますよね。当院救急室にも日々多くの患者様が受診されます。

つい先日、いつものように慌ただしくピリピリと張り詰めた救急室の中、とある診察室で、医師がピンセットでつまんだサンマの骨を高々と掲げていました。医師はうれしそうな笑顔でひと言「とれたよ。」と。そこには、汗だくになりながら口を大きく開けて頑張っていた患者様と、同じく汗だくになった医師が、一緒にニコニコしながらこちらを見ていました。そこにいたスタッフと私は思わず拍手。すると患者様も一緒に拍手。「先生ほんとにありがとうございました！」とおっしゃっていただき、そこに生まれた一体感たるや、言葉にうまく表現できず、おそらくそこにいる全員になんとも言えない幸福感のような安らぎのようなものを与えてくれました。こんな瞬間があるから救急看護師はやめられない、と思います。

毎日、救急車をはじめ、多くの患者様が来院し、慌ただしく煩雑な毎日を送って

ますが、それでもスタッフ一同、全力で業務に当たっています。私は救急室に勤務して10年以上経ちますが、この救急室の仕事が好きです。救急は本当に様々な病気やケガの方がいらっしゃいます。生死にかかわる緊急性の高い方から、軽症の方まで、その苦痛や困りごとは幅広く、お一人お一人がすべて違います。予期しなかった事態となって来院される方がほとんどで、その不安やご心配は非常事態といえます。患者様が訴えるありのままの感情、恐怖、怒り、悲嘆、不安、焦燥、後悔、安心、喜び……そういった感情に触れるたび、患者様とともに悲しんだり、怒ったり、喜んだり、笑ったりし、自分の感情も揺さぶられ、看護師としてまた人間としての豊かさを得るとともに、成長させていただいているなあと実感しています。緊急性の程度に関わらず、どんな軽症の症状であっても、医師や看護師をはじめ、検査技師、薬剤師、放射線技師など様々な職種のスタッフが、丁寧に患者様と向き合って治療を進めてまいります。受診すべきか迷うとき、どうしたら良いのか迷うときも、お電話でのご相談を承っておりますので、どうぞ遠慮なくご利用ください。



### 「焼津ならではの逸品 つみれ煮」

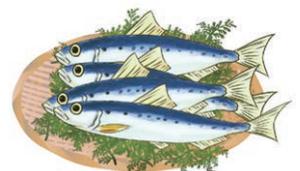


(栄養価 1人分)  
熱量 191kcal、蛋白質 17.4g、脂質 7.8g、塩分 0.9g  
問合先 栄養科 054-623-3111(代)

材料 4人分	鰯すり身	320g	ショウガ	10g
	小麦粉	大さじ3	砂糖	大さじ1と1/3
	卵	1/4個	醤油	大さじ1
	ゴボウ	50g	水	適宜
	ニンジン	50g		

- 1 ゴボウ、ニンジンは粗みじん、ショウガはみじん切りにする。
- 2 ボウルに鰯すり身、小麦粉、卵、ゴボウ、ニンジン、ショウガを入れよく練る。
- 3 8等分にして丸める。
- 4 底の広い鍋に砂糖、醤油、水を入れ、煮たったところに③を入れる。沸騰したら弱火にし、汁気がなくなるまで煮る。

★ 水は、つみれがひたひたになる位に入れてください。  
すり身は、生魚をたたいて使用してもおいしいです。



# 外来診療日一覽表

2024年1月4日現在

診療科	午前				
	月	火	水	木	金
総合診療内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
腎臓内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
呼吸器内科 (紹介状必要・予約制)	○	○			○
血液内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
消化器内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
循環器内科 (院内他科依頼)		○	○	○	○
代謝内分泌内科 (紹介状必要・予約制)	○		○	○	○
脳神経内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
精神科 (新患受入休止)	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○
整形外科 (予約推奨)	○	○	○	○	○
形成外科 (紹介状必要・予約制)	○		○		○
脳神経外科	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○
泌尿器科	○	○	○		○
透析	○	○	○	○	○
産婦人科 (予約制)	○	○	○	○	○
眼科	○	○		○	○
耳鼻咽喉科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
放射線科 (予約制)			○		○
歯科口腔外科	○		○		○

- ◆受付時間
  - ・午前 8時00分～11時00分 (再来受診) 8時00分～11時30分
  - ・午後 12時30分～15時00分
- ◆予約受付
  - 054-623-3111(代表) ※受診科をお知らせください。
  - ※午後の診察はすべて予約制です。ご注意ください。
- ◆外来担当医表
  - 外来担当医表については、毎月1日付でホームページを更新していますのでご覧ください。また、病院受付窓口でも毎月1日から配布しています。
  - なお、都合により担当医や担当日が変更になることがあります。
- ◆各種相談 (予約制)
  - ・緩和ケア・がんよろず相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分  
予約受付 054-623-3111(代表) 内線: 3031 地域医療連携室がんよろず相談担当
  - ・退院後の療養、介護に関する相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分  
予約受付 054-623-3111(代表) 内線: 2090 患者支援室医療相談担当

○…診療日 検…検査

診療科	午後 (予約制)				
	月	火	水	木	金
総合診療内科 (再診のみ)	○	○		○	○
呼吸器内科 (紹介状必要)	○	○			○
血液内科 (紹介状必要)		○		○	○
消化器内科 (紹介状必要)		○	○	○	○
循環器内科 (院内他科依頼)	○	○	○	○	○
代謝内分泌内科 (紹介状必要)	○	○		○	
脳神経内科 (紹介状必要)	○	○	○	○	○
精神科 (新患受入休止)	○	○		○	○
小児科	○	○	○	○	○
形成外科 (紹介状必要)	○				
皮膚科	○	○	○	○	○
透析	○	○	○	○	○
耳鼻咽喉科 (紹介状必要)	○		○	○	
歯科口腔外科	○		○		○

特殊外来 完全予約制 △午前 □午後 一部毎週開催していない外来もあります。詳しくはお問い合わせください。

特殊外来(完全予約制)		月	火	水	木	金
腎臓内科	膠原病・リウマチ (紹介状必要)				□	
	多発性のう胞腎 (紹介状必要)				□	
	糖尿病性腎症パス(紹介状必要)	△□		△□		
代謝内分泌内科	フットケア外来 (再診予約制)		△			□
脳神経内科	認知症外来 (紹介状必要)				△	
小児科	心臓				□	
	エコー					□
	神経					□
	すこやか			□		
	療育支援			□		
	川崎病				□	
	乳児検診	4ヶ月児 10ヶ月児		1ヶ月児		
シナジス	□					
外科	スキンケア				△□	
	乳腺	△□				△□
	血管外科					第1,2,4 △
	呼吸器外科			△□		
	心臓外科					第2,4 □
	大腸・肛門				△□	
整形外科	スポーツ整形	□				
形成外科	レーザー	□		□		
脳神経外科	脳卒中		□			
泌尿器科	移植外来	△	△	△		
産婦人科	不妊治療	△	△	△	△	△
	助産師	△□	△□	△□	△□	△□
	妊婦外来	□		□	□	
眼科	網膜・緑内障		△			

## 令和5年度 みんなの健康講座 お知らせ



### 「高齢者の眼科疾患について」

講師：松岡 貴大 医師  
(網膜・緑内障専門外来担当医師)

日時：令和6年2月26日(月) 13時30分～

場所：焼津市立総合病院 C棟3階講義室

参加費無料 定員90名

問合せ：病院総務課管理担当

高齢者に多い  
眼科疾患について  
わかりやすく  
お話しします

### 11/2 勤労感謝の日 園児訪問



市内みなと・みやじま幼稚園の皆さんが当院を訪れ、「働くひとたち、いつもありがとう」と、感謝の言葉と手作りの折り鶴を届けてくれました。毎年ありがとうございます。

### 12/14 焼津商工会議所女性会寄付贈呈



地域の皆様との交流の一環として、医療に携わる方々の一助になればと、焼津商工会議所女性会の皆様から、N95マスクの寄付をいただきました。誠にありがとうございました。

### 12/14 モンゴルから医療者来院



モンゴル障がい者開発総合センターより7名の医療職の方々が当院を訪れ、救急医療の様子や、災害時における医療対応について、視察をされました。

## 会計年度任用職員募集

焼津市立総合病院では、「会計年度任用職員」を随時募集しています。資格・経験を問わず募集している職種もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。病  
院総務課給与厚生担当ま  
でご連絡ください。

一緒に働き  
ませんか？



電話 (054)623-3111 (代表)

病院総務課 給与厚生担当



◀ホームページは  
こちら