

# ひだまり

HIDAMARI

夏号 Summer

2012 vol.164

焼津市を健康長寿のまちにするために



\* 血液製剤使用適正化委員会メンバー  
中央検査科 輸血部門

## 目次

### 02-03 今の特集

透析患者を減らすためにできることは？

### 04 Hospital Now!!

「血液製剤クリオプレシピテートの院内調製を始めます」

### 05 焼津市立総合病院からのお知らせ 問診センターのお知らせ

### 06 外来診療日一覧表（7月1日現在）

### 07 看護師は見た！小児病棟『プレイルーム』 レシピ de 元気！『ビビンバ丼』

### 08 平成 24 年度新人看護職員の院外宿泊研修 院内コンサート

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

# 特集

Topix

## 透析患者を減らすためにできることは？ ～保健師・栄養士の研修から～

病院事業管理者 菱田 明

腎臓内科長 おおうら まさはる  
大浦 正晴

焼津市では現在、350名前後の慢性腎不全の患者さんが透析治療を受けておられますが、毎年40名前後、新たに透析を開始されており、透析を受ける患者さんの数は年々増加しています。透析は腎不全による症状を軽くし、命を救ってくれるありがたい治療法ですが、透析をしなくて済めばそれに越したことはありません。当院では、医師、保健師、栄養士が集まって、増えつつある焼津市の透析患者さんの数を減らすために何ができるかの研修会を継続して開催しています。この特集では、研修会で話されている内容を中心に、「透析患者を減らすためにできること」についてお知らせします。

### 1. 慢性腎臓病とはどんな病気ですか？

腎臓の病気には、糖尿病の結果生じる糖尿病性腎症、慢性糸球体腎炎、高血圧が原因となる腎硬化症などがあります。これらの病気では、尿たんぱくが陽性になったり、腎臓の機能が低下してきます。最近、尿たんぱくが陽性になったり、腎臓の機能が低下すると、腎機能の低下が進行して腎不全となって透析が必要になるばかりでなく、脳卒中や心筋梗塞などになる危険が高いことがわかってきました。そのため、こうした人たちを「慢性腎臓病」と診断して透析や脳卒中にならないように対策をとることが行われています。慢性腎臓病は、早期に発見し、しっかり治療することでその進行を大幅に抑制できることがわかってきました。

当院の腎臓外来では、尿や血液の検査、超音波検査、CTなどで、慢性腎臓病の早期発見と原因検索に努力するとともに、腎臓の障害の程度を評価し、慢性腎臓病の進行を抑制するために、一人一人の病状に合った治療を提供しています。



### 2. 透析とはどんな治療法ですか？

慢性腎臓病が進行し、腎臓の働きが正常の10%近くまで低下すると身体の中に水分や塩分、老廃物がたまってしまい、疲れやすく、息切れ、食欲低下、吐き気がするようになります。こうした状態になると、自分の腎臓で生きていくことが難しくなるため、透析療法が必要となります。現在日本では、約30万人の方が行っており、20年以上透析療法を受けながら過ごしておられる方も少なくありません。

透析療法には二つの方法があります。

- 1) **血液透析療法**；準備として、体の表面に、血液の流れの多い血管を作る簡単な手術を行います。この血管に針を刺しチューブを通して、血液を透析器（水分、老廃物のろ過器）に流し、再び体に戻します。一回3、4時間の透析を、週3回（通常は住まいに近い透析センターで）行います。日常生活では、水分、食事の制限が必要ですが、普通に近い生活ができるようになります。
- 2) **腹膜透析療法**；お腹の中にきれいな透析液を入れたり、出したりすることで、身体の中にたまった老廃物や塩分などを除く方法です。準備として、カテーテル（特殊なチューブ）を、腹部に埋め込み、このカテーテルを通して1回2リットル前後の透析液の出し入れを、一日4回程行います。自宅でできますので、通院は月一回で済みます。

病気の特徴、治療法を理解して、  
毎日規則正しい生活を  
心掛けましょう。



## 透析導入患者の減少を目指す医師・保健師・栄養士等の研修会(平成23年度)

第1回 平成24年1月21日開催(参加者58名)

### 「腎臓病ってどんな病気？」

講師 浜松医科大学第一内科助教 大橋 温 医師

### 「住民から学ぶ」

講師 磐田市豊岡支所市民生活課 鮫島万由子 保健師

#### ★★★★ポイント★★★★

1. 尿たんぱく陽性または、腎機能が正常の60%よりも低い人は慢性腎臓病と診断される。
2. 日本人の8人に1人が慢性腎臓病である。
3. 慢性腎臓病は透析になる危険と脳卒中や心筋梗塞になる確立が高い。
4. 慢性腎臓病は予防や治療が可能である。

糖尿病や高血圧、肥満など生活習慣に関係の強い病気が慢性腎臓病になる危険を高める上、慢性腎臓病の悪化を強めるとする根拠を示され、生活習慣に気をつけることで透析を減らすことに努力することが重要であることが強調された。



第2回 平成24年3月10日開催(参加者44名)

### 「健康長寿日本一を目指すために」

講師 浜松医科大学健康社会医学講座 尾島俊之教授

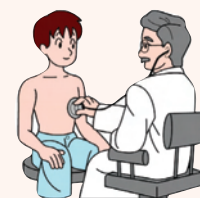
### 「上富良野町での特定健診保健指導の現状」

講師 上富良野町保健福祉課 菊池寿子 保健師

#### ★★★★ポイント★★★★

1. 日本人の死因の多数を占めるがん・脳卒中・心筋梗塞の予防や早期発見・早期治療が大切である。
2. 寝たきりやぼけの原因になる脳卒中の予防には、糖尿病・高血圧・慢性腎臓病・脂質代謝異常・肥満などの早期発見、治療が重要である。

そのためには、がん検診や特定健診を市民が定期的に受け、その結果に基づいて保健指導が行われることが重要である。上富良野町では特定健診の受診率が80%と高く、脳卒中や透析の患者さんが減少し、地域の医療費が減少している。焼津市民の特定健診の受診率は低く、これを上げることが健康長寿のまち創りの第一歩である。

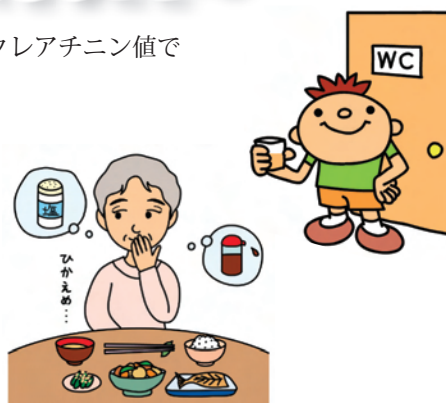


異状が指摘された場合には、保健指導を受けられるようまちにしていくことが大切です。透析患者さんを減らし、健康長寿のまちとなるよう、今年もこの研修会は継続し開催されます。

この研修会で話された「透析にならないために自分でできること」を表に示しました。参考にいただければ幸いです。

## ～透析にならないために自分でできること～

- 1 健診や受診の結果の中で、「尿たんぱく」と「腎機能(血清のクレアチニン値で分かります)」を年に一回はチェックしましょう。
- 2 糖尿病、高血圧、脂質代謝異常、肥満のある人は、慢性腎臓病になりやすいうえ、腎機能の低下が早いので、これらがどうかチェックし、異常があれば受診しましょう。
- 3 毎日の生活では、肥満にならない(食べ過ぎを避け、運動する)、食塩の摂り過ぎを避ける(高血圧の原因)、お酒を控える、禁煙(たばこは、透析や脳卒中になる危険を増す)、などに気をつけましょう。



## 「血液製剤クリオプレシピテートの院内調製を始めます」

血液製剤使用適正化委員会、中央検査科 輸血部門

### クリオプレシピテートとは

クリオプレシピテートとは、出血を止める製剤です。私たちの体に流れている血液は、主に血球成分と血漿成分から成り立っています。血球成分とは酸素やエネルギーを運ぶ赤血球、細菌が体内へ侵入するのを防御する白血球、止血に重要な役割を果たす血小板などがあります。血漿成分では栄養の主成分である様々なタンパク質、免疫抗体、凝固因子などが主に含まれています。

しかしこれらの細胞成分には、それぞれの役割を有効に働く期限、いわゆる寿命があります。たとえば献血で体外に取り出された血液では、赤血球は約21日間、血小板は約4日間、凝固因子においては室温で数時間程度でどんどん失活してしまいます。

そこで血液センターでは献血を血球成分と血漿成分に遠心分離器で分けます。特に血漿成分の凝固因子が失活しないように-30℃で凍結し、冷凍保存したものを新鮮凍結血漿といいます。

さらにその新鮮凍結血漿から凝固因子だけを抽出濃縮したものがクリオプレシピテート製剤です。



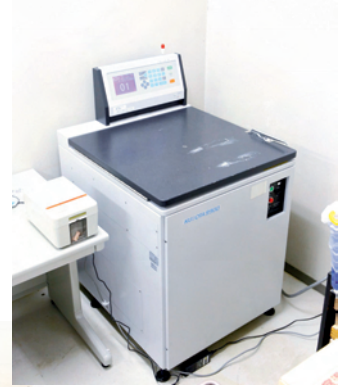
### クリオプレシピテートの必要性は？

当院は地域の二次救急病院として多くの交通事故や様々な外傷出血を受け入れています。また志太榛原地域で唯一の地域周産期母子医療センターとして、近隣病院やクリニックから出血リスクの高い妊婦さんや、分娩後出血の止まらない患者さんの搬送を受け入れています。さらに地域の中核を担う急性期病院として各科で出血リスクの高い手術を多く行っています。このような緊急大量出血、危機出血に対し、迅速かつ効果的に止血できるクリオプレシピテートを投与することで、救急救命にとどまらず、大量出血後の臓器障害や合併症を最小限に減らすことができます。



### どうやって作るの？

-30℃で凍結保管している新鮮凍結血漿を4℃でゆっくり約20時間かけて融解すると、クリオプレシピテートが抽出されます。それを大型遠心機器で遠心分離しクリオプレシピテートの部分とそれ以外の成分に分離します。濃縮されたクリオプレシピテートの部分を再び-30℃で凍結保管します。



(クリオプレシピテートを抽出する器械)



### どの病院でも作っているの？

現在の日本赤十字社血液センターでは、クリオプレシピテートを製造供給していません。そこで当院血液製剤使用適正化委員会や倫理委員会で協議を重ね、この度、クリオプレシピテートを中央検査科輸血部門内で調製し院内で使用することに決まりました。

静岡県内でクリオプレシピテートを院内調製使用している病院は、当院を含め3病院だけです(平成24年7月現在)。全国でも僅かな大学病院でしか調製使用していません。

クリオプレシピテートは、新鮮凍結血漿より迅速に融解でき、短時間で高い止血効果を得ることができる製剤です。

今後も機津市立総合病院では、患者さんの健康と安全のために役立つことは常に前向きに取り組んでいきたいと考えています。



## 問診センターのお知らせ

4月から、下記に該当する患者さんを対象に、問診センターで診療前に看護師が問診を行っています。  
問診センターへは職員が案内しますので、まず総合受付にお越しください。

### ■問診センターにご案内する方

#### 初診の方

- ・初めて当院を受診する、または初めての診療科を受診する患者さん
- ・紹介状を持参した患者さん
- ・最後に当院を受診してから3ヶ月以上経過している患者さん

下記診療科の初診の方の問診を行います。

総合診療内科、腎臓内科、消化器科、循環器科、神経内科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、外科、脳神経外科、形成外科

### ■流れ



※問診センターへは受付職員がご案内します。

### ■案内図



「ひだまり」ご意見箱より、皆様からのご質問、ご不満な点にお答えします。



### ㉑ バーコード認証

患者のバーコード認証は、多少時間がかかってもそれをきちんと行っているかどうかで安心感が全く違いますね。どんな作業も間違いの無いように細心の注意を払っていただいていると思いますが、バーコード認証をその都度行ってくれると他の作業も決められたことをきちんと守ってくれているんだという印象がもてます。

**A** 今回のバーコード認証については、患者間違いや点滴の日にち間違いなどを防ぐために行っております。バーコード認証の前にも、点滴や検査、医師の指示の実施などには看護師が2人でダブルチェックを行って確認しています。

これからも患者さんが安全に、安心して入院生活が送れるようにやるべき事を確実に行ってまいります。ご意見ありがとうございました。

### ㉑ 番号での呼出

番号で呼ばれるのが不快です。

**A** ご不快な思いをさせてしまい、申し訳ありません。当院では4月から外来の患者さんを番号でお呼びしております。これは、同姓同名などによる患者さんの取り違え防止という医療安全上の必要性と、患者さんのプライバシーの保護のために実施しているものです。

ご理解とご協力をお願いします。

# 外来診療日一覽表

初…初診のみ 再…再来のみ 院…院内依頼  
検…検査

平成24年7月1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)		○	○	○	○
呼吸器科	院			院	
消化器科 (紹介状必要)	○	○	○	○	○
循環器科 (紹介状必要・予約制)		○	○	○	○
神経内科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○		○
神経・精神科 (予約制)	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○
整形外科	○	○	○	○	○
形成外科	○		○		○
脳神経外科	○	○	○		○
皮膚科	○	○	○	○	○
泌尿器科	○	○	○		○
産婦人科 (予約制)	○	○	○	○	○
眼科	○	○		○	○
耳鼻咽喉科	○	○	○	○	○
放射線科 (予約制)	○				○
麻酔科 (予約制)			○		
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)
  - ・女性のための健康相談 毎週木曜日 14時00分～16時00分
  - ・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
  - ・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～12時15分、13時00分～16時00分

予約受付 054-623-3111(代表)内線:2090 地域医療連携室医療相談担当

午後(予約制)					
診療科	月	火	水	木	金
消化器科 (紹介状必要)		○	○	○	○
代謝内分泌科 (紹介状必要)		○		○	○
神経内科 (紹介状必要)			○		○
神経・精神科	○	○		○	○
小児科	○	○	○	○	○
皮膚科	検	検	検	検	検
産婦人科	検		検		
泌尿器科			検		
耳鼻咽喉科	○		○	○	
放射線科	○				
麻酔科			○		
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	
循環器科	ペースメーカー	□				
代謝内分泌科	フットケア		□		□	
小児科	喘息				□	
	心臓				□	
	エコ			□	□	
	神経					□
	すこやか			□		
	療育支援			□		
	川崎病					□
外科	乳児検診 予防接種	4ヶ月児 10ヶ月児	1ヶ月児		□	
	緩和ケア		□			
	スキンケア				△□	
	乳腺・甲状腺					△
	胆石		△			
	血管外科					△
	呼吸器外科		□			
整形外科	スポーツ・膝		□			
	足の外科			□		
形成外科	リウマチ				□	
	レーザー	□				□
脳神経外科	脳卒中		□			
泌尿器科	CAPD		□			
	男性更年期				□	
産婦人科	不妊治療	△	△	△	△	△
	助産師	△□	△□	△□	△□	△□
	妊婦外来	□	□	□	□	□
	フォローアップ外来		□			□
その他	禁煙		△			
	リンパ浮腫			□		
	アロマ		□			

## 小児科病棟「プレイルーム」

3B 病棟 あんどう まりこ  
安藤真理子

看護師は見たっ!!



小児科病棟には、「プレイルーム」という入院している子どものための遊び場があります。ここは、病状によって入ることが制限されますが、子どもたちが楽しく笑ったり、自由におもちゃで遊び、好きな絵本をみることのできる大切な場所となっています。ベッド上だけの限られた生活から解放されるので、付き添いのお母様たちも、ちょっぴり気分転換やリラクスのできる憩いのスペースでもあります。壁には、四季折々の楽しい行事やかわいらしい張り絵が飾っており、楽しさ爆発です。

現在、このプレイルームには病院専属の保育士さんがいます。毎日、子どもたちの気分や状態に合わせて遊びを提供し、子どもたちとお母様が安心して安全に遊べるよういつも暖かく接しています。保育士は子どもたちそれぞれの話を聞いたり、歌を歌ったり、いっしょにお絵かきをしたり、〇〇ごっこ相手になったり、大活躍です。子どもたちからの信頼はとても厚く、お母様たちの心強い味方になっています。また、子どもたちは治療中なので点滴をしている場合が多いのですが、安全に点滴をしながら遊ぶことや、プレイルームでは靴を

脱いで入ること、あまり大きな声を出したり、大はしゃぎにならないようにも配慮しています。入院していても、病院での生活のルールや決まり事も守れるように接しているところは、さすがです。

入院中の子どもたちは、自分で描いた絵やお話、折り紙や工作など多彩な才能を披露してくれています。看護師や担当医師の似顔絵などは笑っちゃうほどよく似ており、お手紙、色紙などがプレイルームやナースステーションに飾ってあることがあります。時には、「〇〇の絵を描いて」と注文するとサラサラと描いちゃうちびっこアーティストや牛乳パックやストローなどの廃材でみごとな造形を量産する彫刻家が登場することもあり、大人も感心するほどの作品のできばえです。

入院は子どもたちにちょっぴりつらい体験を与えます。まだまだ、小児科病棟として改善しなければならないことは多いのですが、子どもたちの成長や自由な気持ちを大切に考え、子どもたち目線で、安全で安心した病院環境になるように常に努力していきたいと考えています。

## レシピ de 元気! ビビンバ丼

栄養バランスの良い、  
少しパンチのきいた丼です。



熱量484kcal、蛋白17.0g、脂質10.2g、塩分1.4g

問合先 栄養科 054-623-3111(代)

材料	牛もも千切り	120g	ぜんまい水煮	120g	A	醤油小さじ2	みりん小さじ1
	にんにく	少々	卵	小2個	B	醤油小さじ½	ごま油 小さじ½
	ほうれん草	160g	白ごま	少々	C	ごま油小さじ½	塩小さじ½
	もやし	80g	のり	少々	D	塩小さじ½	
4人分	にんじん	60g	米	2.5合	E	ごま油小さじ1弱	砂糖小さじ1強
					F	醤油小さじ2	水適宜
タレ	醤油大さじ1	みりん大さじ1弱	ごま油小さじ1			砂糖小さじ1	塩少々
レ	1豆板醤少々	にんにく少々	水大さじ1弱				

- ① 牛ももせん切り肉は、すりおろしたにんにくとAを揉み込み、ごま油をひいたフライパンで炒める。
- ② ほうれん草は茹でて3cmの長さに切り、絞ってBで和える。
- ③ もやしは茹でて絞り、Cで和える。
- ④ 人参は3cm長さの千切りにし茹で、水気を切りDで和える。
- ⑤ ぜんまいは長さを揃え、Eのごま油で炒め、他のEの調味料で煮る。
- ⑥ 卵はFの調味料を加え、薄焼きにし、焼けたら3cm長さのせん切りにする。
- ⑦ タレの材料を合わせる。※豆板醤は好みで調節してください。
- ⑧ 丼に盛ったご飯の上に牛肉、ほうれん草、もやし、人参、ぜんまい、卵を彩りよく盛り、ごま、もみ海苔を散らす。食べるときにタレをかける。

# 平成24年度 新人看護職員の院外宿泊研修

## 看護技術・臨床判断能力を高める！

平成24年6月13日・14日の2日間をかけて、はごろもフーズ株式会社様よりいただいた寄付金を活用し、神奈川県足柄上郡中井町にある最先端の設備を備えたテルモ・メディカル・プラネックスで新人看護職員が医療機器の扱い方、点滴静脈注射のチェックや模擬病室での多重課題シミュレーション等の研修を実施してきました。



グループに分かれ、発表を行いました。



最新の医療機器の特徴や使い方を学習しました。



点滴実習では、みな真剣っ！



患者さんの立場になってみて、看護の大切さを学びました。



2日間の様々な研修カリキュラムを終え、充実した表情の新人看護師たち。院内での研修も引き続き積むことで、焼津市立総合病院の看護の質をさらに高めていきます。

## ♪ 院内コンサート ♪

患者さんや病院に来院された皆様様に「ほっとしたひととき」を提供してくれる、ボランティアの皆さんによる院内コンサートを行います。皆様お誘いあわせの上、ぜひお集まりください。

※日程は都合により変更になることがありますのでご了承ください。

開催日	場所	演者・内容
8月23日(木)	玄関ホール	中野康子他 フラダンス：フラ ハラウ プアラニのかけはし
10月25日(木)	〃	宮崎昭義 手品：トランプ、ひも、ハンカチ
12月6日(予定)	〃	浅野祥 三味線
2月28日(木)	〃	長谷川隆一他 リベルテ合唱団

