

あおぞら

第47号



撮影：藤田のぞみ


医療理念

1. 医療の原点に立った心温まる医療
【Humanism】
2. 高度医療の提供
【High Level】
3. 職員一同連携し仕事を通じての
人間的成長 【High Growth】

目次

ごあいさつ	2
慢性腎臓病（CKD）外来	3
連携病院のご紹介	4
光晴会病院に腎臓病療養指導士が誕生しました！	6
非日常の楽しみ方	7
外来週間診療予定表	8

医療法人



ごあいさつ

事務長

引地 啓太



時候不順の折、皆様方にはますますご健勝の事と存じます。

患者の皆様、地域を支える医療関係者の方、当院に関係するすべてのステークホルダーの方々にはいつも一方ならぬお力添えにあずかり、まことに有難うございます。

昭和54年6月に当院はこの地に開業致しました。来年度でちょうど40周年に当たります。

最初はわずか4名の内科医師だけの病院でしたが、現在は多彩な診療科による外来診療を行っております。また入院診療では、急性期病棟、地域包括ケア病床を備え、地域の医療機関のサポートはもちろんのこと救急告知病院として緊急の患者さんにも対応しております。

今後も地域医療構想の実現を目指し、地域に密着した医療機関として切れ目のない医療の提供を行うと共に、さらなる医療安全体制の確立、救急医療の充実、医療スタッフの充実、地域の皆様が求める良質で安全・安心な医療を提供できる診療体制を整備してまいる所存ですのでどうぞご理解、ご支援の程よろしくお願い申し上げます。

「敬天愛人」

この言葉は、「謙虚な姿勢で私利私欲にとらわれず、自らの志や信念を貫く」ということを表しています。

明治維新150周年に当たる今年のNHK大河ドラマの主人公でもある西郷隆盛が遺した教えとして語り継がれております。

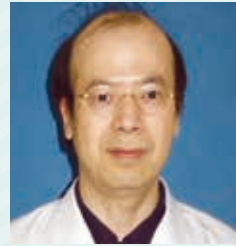
「何か」を成し遂げる。成し遂げるべき「何か」は人によってそれぞれですが、多くの時間を費やし、つらいことがあっても続けるのはその「何か」がキラキラしているからではないでしょうか。西郷の素晴らしさの一つは、過去に捕らわれない人材登用です。しかし、もっと大切なのは人を集められたことです。西郷自身やその志に魅力がなければ、誘っても断られたことでしょう。あるいは、命令だから仕方なく参加して適当にやったかもしれません。そうならなかったのは、西郷がキラキラした「何か」を示せたからです。

私共もキラキラした「何か」を目指して日々暮らしていきたいものです。

梅雨明けが待ち遠しい今日この頃ですが、どうぞ健やかに過ごしてください。



慢性腎臓病 (CKD) 外来 のご案内



内科
宮崎 健一

当院では月曜日から金曜日まで腎臓専門外来を設けています。その中で火曜日と水曜日の午後は慢性腎臓病 (CKD) 外来としています。

腎臓は、空豆のような形で、大きさは握りこぶし大で、腰の背中側左右に1つずつあります。一番大事な働きは尿を作る (余分な水分や老廃物を排出すること) ですが、その他にも大事な役割を果たしています。腎臓病になると機能が低下してきますが、多くの場合かなり進行するまで生活に困るような症状は出ません。そのため沈黙の臓器と呼ばれます。同様に呼称される肝臓にはかなりの再生能が備わっていますが、腎臓は機能回復が困難です。そこで広く腎臓病を知ってもらうために2002年に慢性腎臓病という考え方が提唱されました。定義は、尿や画像検査での異常や、血液検査で腎機能が60%未満の状態が3ヶ月以上持続する、とされます (図1)。そして尿所見と腎機能にて病期が決まり

ます。病期が進むと脳梗塞や心筋梗塞といった心血管系の病気になる危険性が高くなります (図2)。

慢性腎臓病と診断された際は、まず原因 (原疾患) を検討します。初期の段階での原疾患に対する治療は、とても重要です。必要と判断した場合は腎生検と呼ばれる検査も施行しています。

腎機能が低下し腎不全状態になってくると、治療薬が増えてきます。また食事療法も減塩食のみから蛋白制限食、そして必要に応じてカリウム制限も加わってきます。これらの治療により腎機能保持に努めますが、残念ながら腎機能は徐々に低下していきます。腎不全が進行した状態は末期腎不全と呼ばれますが、治療として透析治療 (血液透析・腹膜透析) や腎移植が必要になります。それぞれの治療について医師・看護師から説明を受け、治療内容および必要性を理解して頂き、治療を要する状態になった際にはいずれかの治療法を選択して頂いています。当院では血液透析治療と腹膜透析治療を施行しております。腎移植療は長崎大学病院と連携を取り、治療についてはお願いしています。

慢性腎臓病の治療は、薬剤・食事療法・生活習慣の改善の組み合わせです。そのためCKD外来では医師の診察の他、必要に応じて薬剤師・栄養士・看護師から病気や気をつける事についての説明をしています。

慢性腎臓病の方は、成人の8人に1人いるとされており (図3) 腎臓専門医のみでは診療できません。そのため地域の先生方と連携を図りながら、診療されて頂いております。

CKDの定義

- 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
- GFR < 60mL/分/1.73m²

①、②のいずれか、または両方が3ヶ月以上持続する

CKD診療ガイドライン2012 p.1 表1

CKDの重症度分類

尿蛋白	蛋白尿区分	A1			A2			A3		
		正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿	正常	顕性蛋白尿	高濃度蛋白尿	正常	顕性蛋白尿	高濃度蛋白尿
尿蛋白	尿アルブミン定量 (mg/日) 尿アルブミン/Cr比 (mg/gCr)	30未満	30~299	300以上	0.15未満	0.15~0.49	0.50以上			
蛋白尿	尿蛋白定量 (g/日) 尿蛋白/Cr比 (g/gCr)									
GFR (mL/分/1.73m ²)	G1	正常または高値	≥90							
	G2	正常または軽度低下	60~89							
	G3a	軽度~中等度低下	45~59							
	G3b	中等度~高度低下	30~44							
	G4	高度低下	15~29							
G5	末期腎不全 (ESRD)	<15								

CKD診療ガイドライン2012 p.3 表2

日本におけるCKD患者数 (%) (20歳以上)

GFR ステージ	GFR (mL/分/1.73m ²)	尿蛋白 ー±	尿蛋白 1+以上
G1	≥90	2,803万人	61万人 (0.6%)
G2	60~89	6,187万人	171万人 (1.7%)
G3a	45~59	886万人 (8.6%)	58万人 (0.6%)
G3b	30~44	106万人 (1.0%)	24万人 (0.2%)
G4	15~29	10万人 (0.1%)	9万人 (0.1%)
G5	<15	1万人 (0.01%)	4万人 (0.03%)

図3 平成23年度厚生労働省CKDの専門医・子部・治療標準化・連携強化に関する研究会
CKD診療ガイドライン2012 p.8 表4

連携病院のご紹介

かたやまハートケアクリニック

院長 片山 敏郎

みなさまこんにちは。かたやまハートケアクリニック院長の片山敏郎と申します。

私は2005年から2014年まで足かけ10年に及び光晴会病院循環器科に勤務させていただきました。その御縁もあり光晴会病院さまには現在も公私ともに大変お世話になっております。

当院は、私が内科・循環器科担当、弟が心療内科担当で昨年6月にイオンタウン長与内に開院し、H30年6月1日をもちまして、当クリニックは開院一年となりました。

2年目を迎え、よりよいクリニックになるために今後、気をつけていきたい点を述べさせていただきます。

1. 最適な診療を:

クリニックの最大の目的は病気を治すことです。そのための医療知識、技術の習得に努めます。

2. 快適な空間を:

心や体が弱った患者さんが少しでも快適に過ごせるクリニックを目指し、清潔を保ち、BGM、適切なお声かけ、挨拶などにも配慮します。

3. 幅広い診療を:

当院の専門分野である心療内科、循環器内科だけでなく、かぜ、腹痛、発熱、などの急性疾患はもちろん、糖尿病、脂質異常症、呼吸器疾患など幅広く対応できるように努めます。また、男性医師には相談しにくい女性患者さんのために、女性医師外来も開始しております。

4. 予防医療の拡充を:

病気の予防、早期発見のための各種健康診断や、インフルエンザ、肺炎球菌などの予防接種、禁煙外来などにも対応します。

5. 適切な連携を:

手術や入院などの高度医療、CTなど高度検査が必要と判断される場合は光晴会病院などの連携機関にすみやかに紹介し、また、専門性の高い疾患も適切な連携をおこないます。

以上のようなことに留意し、2年目以降も初心を忘れず、地域医療に精進する心づもりです。今後ともなにとぞよろしくお願い申し上げます。



副院長 片山 二郎

はじめまして、かたやまハートケアクリニック副院長の片山二郎です。
当院では、心療内科・精神神経科の診療を担当しております。



(左:片山二郎先生 右:片山敏郎先生)

せっかくご挨拶の機会をいただきましたので、この場をお借りして心療内科をもっと気軽に受診いただけるようお願いをさせていただきたいと思います。

ストレスを感じると、誰しも気分が落ち込んだり、食欲がなくなったり、眠れなくなったり、場合によっては、頭痛、動悸、体のだるさといった身体症状が現れることがあります。症状によっては、深刻な状態に陥ることも稀ではありません。

内科や身体疾患であれば、すぐにその症状に応じた診療科を受診することにためらいはなくとも、一般的に心療内科を初めて受診するのには、内科や外科などと比べるとハードルが高いように思われます。

心療内科領域の症状である心の悲鳴は目に見えない部分が多く軽視されがちです。場合によっては、協調性がない、わがまま、周囲に悪影響を及ぼす等といわれのない非難をされることさえあります。

真面目で、責任感が強い人ほど、周囲に迷惑をかけられないなどのプレッシャーを背負い込み、心の悲鳴に無理やり蓋をしてさらにストレスを溜め込む悪循環に陥りがちです。こうなってしまうと極めて危険な状態であり、取り返しのつかないことがおきかねません。

こうなる前に一番望ましいのは、専門家である心療内科を受診し、ご相談いただき一緒に考えていく事ですが、このハードルがどうしても高ければ、とにかく1人で抱え込まず家族や信頼できる知人に助けを求める事が大切になってきます。

繰り返しますが心の病は特別なことではなく誰にでも起こりうるものであり、早期の受診治療が必要です。

当院では専門医の私はもちろんですが、内科医の院長、また男性医師に相談しにくい内容であれば女性医師が対応することも可能なシステムを作っております。

どうぞ、1人で抱え込まず、心が悲鳴を上げたときは決して無理することなく、お気軽にご相談くださいます様よろしくお願い申し上げます。かたやまハートケアクリニックスタッフ一同、誠心誠意サポートさせていただきます。

かたやまハートケアクリニック

内科・循環器内科 心療内科

〒851-2131

長崎県西彼杵郡長与町北陽台1丁目2-1

TEL 095-865-7064

診療時間

月曜 9:00～12:30 14:00～19:30

火曜～金曜 9:00～12:30 14:00～18:30

土曜 9:00～14:00

※心療内科は、火・金の14～17時は不在です

光晴会病院に腎臓病療養指導士が誕生しました!

2018年4月1日付で
看護師2名、薬剤師2名の合計4名の
腎臓病療養指導士が誕生しました。



前列左から腎臓専門医 宮崎医師、大坪医師、教育研修委員の成末、後列左から療養指導士 看護師 長尾、本田、薬剤師 中司、杉本。

腎臓病療養指導士は**看護師・管理栄養士・薬剤師**を対象として、標準的なCKD療養指導を全国各地に普及させることを目的として設立されました。さまざまな医療施設の現場でCKD診療に当たっている医療従事者が広く取得可能な資格となっています。①大学病院・基幹病院②一般病院・クリニック③そのほか(行政、薬局、栄養ケア・ステーションなど)が対象となります。

日本腎臓学会、日本腎不全看護学会、日本栄養士会、日本腎臓病薬物療法学会の4団体が合同で認定するもので、2018年4月1日から認定開始となりました。

この資格はCKD療養指導に関する実務経験、講習会の受講、所定の研修を受けてレポート提出、試験に合格の上、認定を受けられ

ます。

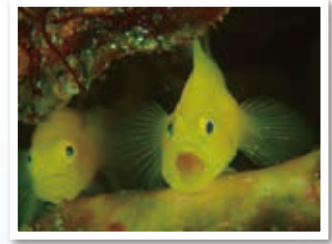
光晴会病院ではCKD外来(大坪医師 火曜日午後、宮崎医師 水曜日午後)の際に、保存期腎不全患者さんへ生活指導や食事指導、服薬指導について職種の枠を超えて共通の知識を持ち、腎臓専門医の指導の下様々な問題解決にあたります。

また、看護師はCKD stage G4以降の患者さんに対して療法選択(血液透析、腹膜透析、先行的腎移植術)の指導も担います。

光晴会病院は腎臓学会の認定する研修施設となっています。このような状況の下、腎臓病療養指導士を中心としてCKD外来や保存期腎不全患者の入院の療養指導に積極的に関わっていきます。どうぞご支援をよろしくお願い致します。



の楽しみ方



南4階 藤田 のぞみ

照りつける太陽の下でどこまでも透き通った海に飛び込む瞬間。どんな景色が見られるのか、どんな生き物に出会えるのかワクワクしながら独特な無重力の感覚に包まれる。目の前に広がるカラフルなサンゴ礁と周りには多彩な魚たち。のんびりと泳ぎ去るウミガメや耳を澄ますとクジラの声が響く神秘的な空間。

人間が決して生きていくことができない水中の世界にスキューバダイビングでは訪れることができます。スキューバダイバーだけが知っている非日常の楽しみ方を知ってから早10年が経ちました。今回はダイビングの魅力の一部を紹介します。

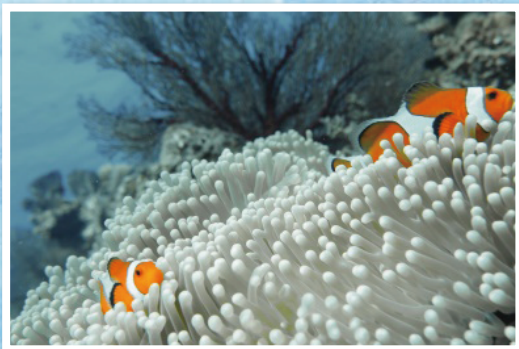
まずは人の手が加えられていないそのままの自然を楽しめることです。地球上のおよそ2/3は海といわれておりその海の中は海に住

む生き物たちだけが創り出した世界が広がっています。海中はとにかく多くの生物で溢れており運が良ければまだ名前すらついていない珍しい生物に出会えることもあります。

そしてダイビングを始めると年齢、性別、職業、国籍問わずたくさんの人と友達になることができます。共通の趣味を持っている仲間とのコミュニケーションを楽しめることも醍醐味の1つです。

最後に自分なりのスタイルで非日常を楽しむことです。ダイビングは天気や季節を問わず年間を通して行えます。海や川があれば大丈夫なのでもちろん長崎でもできますよ。

ちなみに私がおすすめするポイントは八重山諸島(沖縄)と柏島(高知県)ですので是非調べてみてください!興味のある方は南4階藤田まで(笑)



外来週間診療予定表

土曜日は基本、内科は休診ですが緊急のみ当番制で対応します

平成 30 年 7 月現在

		月	火	水	木	金	土
内科	3 診	田浦直太 (消化器)	みやぞえ ゆり 宮副由梨 (消化器)	吉岡正人 (一般内科)	みやぞえ ゆり 宮副由梨 (消化器)	柴田雄一 (一般内科)	心療内科 (午前) 不定期休み
		福田康弘 (消化器)					
	4 診	宮崎健一 (腎臓・一般内科)	柴田龍二郎 (腎臓・一般内科)	福田康弘 (消化器)	大坪俊夫 (腎臓・膠原病)	柴田龍二郎 (腎臓・一般内科)	
	5 診	河野仁寿 (呼吸器)	森川伸雄 (呼吸器)	河野仁寿 (呼吸器)	森川伸雄 (呼吸器)	河野仁寿 (呼吸器)	
	6 診	和泉元衛 (甲状腺・肥満)	赤星 浩 (消化器)	柴田雄一 (一般内科)	赤星 浩 (消化器)	和泉元衛 (甲状腺・肥満)	和泉元衛 (甲状腺・肥満)
循環器 内科	7 診	武野正義	石崎正彦	(再診のみ)	武野正義	石崎正彦	
心臓血 管外科	8 診	(新患紹介) 蒲原啓司	(新患紹介) むかえ ようすけ 迎 洋輔	(新患紹介) むかえ ようすけ 迎 洋輔	(新患紹介) 古賀秀剛	蒲原啓司	古賀秀剛
泌尿 器科	9 診	山下修史	堀 建夫	山下修史	大学医	大学医	緊急症例のみ
外科	10 診	岡田和也	岡田和也	大学医	進 誠也	進 誠也 (おなかのヘルニア) (脱腸) 専門外来	隔週 岡田和也 たなかしろう 田中史朗
	11 診	岸川博紀	きのえ ひろこ 甲 菰子	岸川博紀	岸川博紀	たなかしろう 田中史朗	
				たなかしろう 田中史朗	みね ゆか 峯 由華	吉本浩 (形成外科)	
【午後】 14:00 ↓ 16:00	3 診			吉岡正人 (一般内科)	吉岡正人 (一般内科)		
	4 診		大坪俊夫 (CKD 専門)	宮崎健一 (CKD 専門)			
	8 診		第 1.3.5 週 13:00 ~ 15:00 古賀秀剛 (下肢静脈瘤専門)				
糖尿病センター 9:00 ~ 12:00		赤澤昭一 有森春香 フットケア	赤澤昭一 世羅康徳 フットケア	赤澤昭一 世羅康徳 フットケア	赤澤昭一 世羅康徳 フットケア	赤澤昭一 世羅康徳 フットケア	

※ 診 療 科 目：内科・外科・泌尿器科・循環器内科・心臓血管外科・消化器科・リウマチ科・リハビリテーション科・呼吸器科・腎臓内科・形成外科・肛門外科・糖尿病内科

※ 診療受付時間：午前 8:30 より 午前 11:30 まで ※ 予約制ですので、できるだけ予約をお願い致します。

光晴会病院 地域医療連携室 TEL 095-857-3563 (直通) FAX 0120-573-632 (直通)

(コミュニケーションマガジン) 編集委員

編集・発行責任者：岡田 和也

編集スタッフ：岩永 (地域医療連携室) 平尾 (クラーク課)

尾上 (医事課) 久保田 (南 4 階)

高崎 (南 5 階) 吉野 (臨床検査科)

医療法人 光晴会病院

〒 852-8053 長崎市葉山 1 丁目 3 番 12 号

TEL 095-857-3533 FAX 095-857-2572

<http://www.kouseikai.org/>