

Well Well

第22号

腎臓のイロハから対策まで

透析ガイド・ハンドブック
第3版



坂井瑠実クリニック

「腎臓のイロハから対策まで」第Ⅲ版発行



坂井瑠実クリニック理事長
坂井瑠実

皆さんは献腎移植の登録をしたらっしやいますか？先般お渡しした透析ガイド・ハンドブック「腎臓のイロハから対策まで」(第Ⅲ版)の14、15ページに詳しく書いてありますので参考にしてください。長く透析をしているからもうこんな本読まなくても大丈夫なんて考えていませんか？まさかまだ1ページも開いてないとか、右から左にゴミ箱の中なんて事はないでしょうね！(少しでもよい透析をしていたためにスタッフが一生涯懸命作ったものです)もちろん導入期の指導書として作っているものですが、新しい情報もたくさん入っています。ばらばらとでも最後まで目を通して下さい。献腎移植の登録をご希望で、登録の方法がわからないという方は、主治医もしくは透析室スタッフに声をかけてください。紹介状を書いて手順をお教えいたします。火曜日午後、水曜日午前、金曜日午後は福西先生、樋口先生による移植外来もやっていますので移植に関するご質問等気軽にご利用ください。透析療法も進化し、在宅透析やオーバーナイト透析、長時間透析等いろいろな選択肢があります。やはり移植は透析と比べればクオリティが違います。今元気がから、登録しても当たるはずがないから、登録にお金がかかるから、移植をしてだめだった人を見ているから・・・etcいろいろな理由で登録がまだの方も多いと思いますが、最近では待機年数即ち登録して何年待っているかが大きく影響します。合併症が出て体調が悪くなるのはじめて移植を考えるのでは遅く、宝くじも買わなければ当たりません。透析の医者が移植移植というのはおかしいと言われながらも、諸外国並みに移植を進めたいと心から願って、兵庫腎疾患対策協会の設立や移植推進協議会に参加し、献腎移植推進運動に加わって20数年になります。1人でも多くの方がドナーカードを持ち、望む人には数年以内に移植が可能な時代になってほしいものです。移植の成績は免疫抑制剤がよくなって飛躍的に向上しています。献腎移植で一年生着率は約90%、すぐ腎機能が発現しなくても長期の生着には影響がないと報告されています。

もっともっと増えて欲しい献腎移植!!

福西孝信

はどう思いますか？

(注：HLA、Human Leucocyte Antigen ヒト白血球抗原で組織適合抗原とも呼ばれている)

当院で腎移植外来を始めて約1年余、腎移植を受けた患者、腎移植を考えている患者、県内で3施設が腎移植を行っているがどこが良いか等々、腎移植に関する何でも診療、相談を受け付けている。診療には県立西宮病院で診ていた患者が来ているが、少数である。最も難しい相談とは「県内3施設のどこで腎移植を受けたらよいでしょうか」という問いである。3施設共に阪神間にあり交通も至便で、立地条件にはほとんど差はない。腎移植の経験歴史には差があるが、それはさほど大きな問題ではない。2施設は大学病院、1施設は地域の病院である。私は県立西宮病院で腎移植開始時から長く勤めていたので、県立西宮病院の長所短所は知っているが大学病院については分からない。したがってこの問いの答えは残念ながらできない。

移植の患者はHLA抗体を持っているので、HLAが一致またはHLAの持ち込みの無い場合に限られる。HLA抗体が移植腎に作用すれば超急性性拒絶がおこる。何度も移植を受けて拒絶されるとHLA抗体が患者の体内に出来てしまう。だからHLA抗体があっても作用しないこと、すなわちHLAが一致、持込が無いということになる。この場合HLAによる拒絶反応の心配はほとんどないので、血液型の違いによる反応のみに注意すればよいという考えだ。血液型不適合の腎移植は手術前に準備しなければならぬので、準備時間をとれる生体移植に限られる。国内の血液型不適合腎移植の成績は格段に向上し、血液型適合の成績とかわらない。提供者の少ない日本の患者にとっては朗報である。

提供者が少ないということが表に現れたのが愛媛県宇和島市での腎臓売買事件である。人体の臓器や組織を商品としてはならないので、臓器移植法で売買は禁止されている。日本人は海外で臓器を買っても違法なのである。WHOも売買すべきではないとしている。しかし、フィリピンでは政府が腎臓の売買を合法化しようと考えていると報道された。合法化されたらあなたはどうしますか？

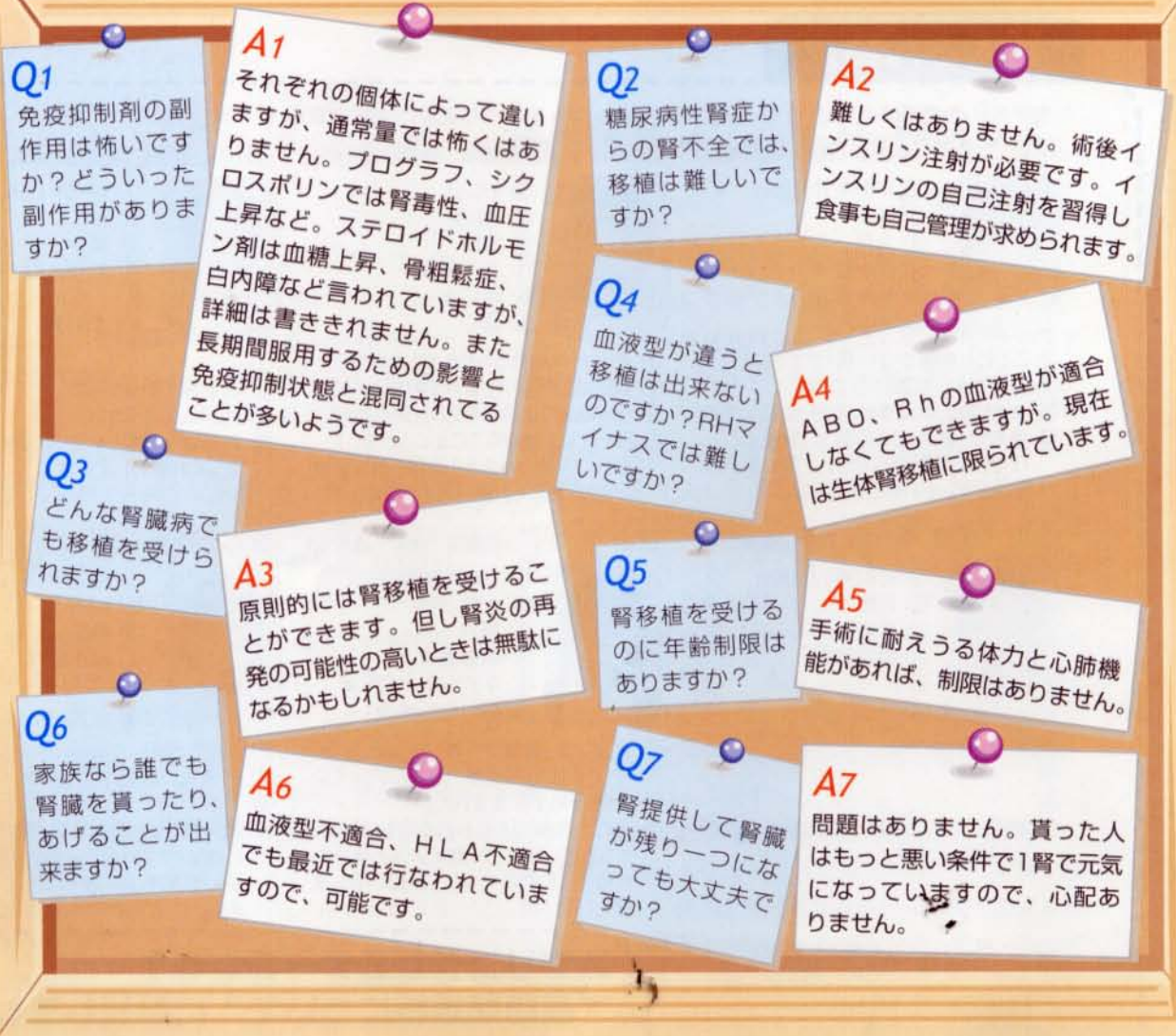
宇和島市の腎臓売買事件で過去の腎移植例の調査から病氣腎移植が行なわれていたことがわかった。たんばく質がじゃじゃ漏れのネフローゼ腎を移植した、がんで摘出した腎を移植した等々。マスコミは移植を行なった医師をまるで罪人のごとくヒステリックなことを言っているが、そんなことを言うよりも、もっと献腎推進するようなことに力を注いで欲しいと感じた。

3年前だったか、大阪で開催されたHLAの研究会でアメリカ元UCCLA外科教授のテラサキ先生に会った。世界的に有名なHLA学者であり名前からも想像できる日系アメリカ人である。これまでも何度か会ってよく知っている。日系人であるので日本の移植医療には常に関心を持っていた。いわゆるUS腎と呼ばれていたアメリカから腎臓を日本に100個ほど送り続けた人である。その彼と日本の提供啓発活動について話をした。彼はニヤツと笑いながら、「日本人向きの最も効率よくお金のかからない啓発方法は提供者を天皇が褒め称えることだ」と言ったことに私も唖ってしまった。みなさん

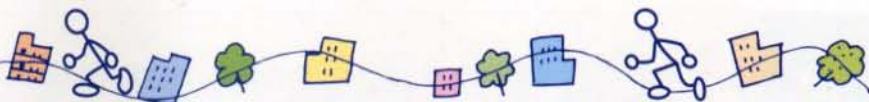
2001~2006年の献腎移植数

	2001年		2002年		2003年		2004年		2005年		2006年	
	提供	移植	提供	移植	提供	移植	提供	移植	提供	移植	提供	移植
滋賀	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
京都	0	2	0	1	0	0	4	4	1	2		
大阪	2	5	2	3	1	6	3	10	2	3		
兵庫	2	4	2	4	7	13	3	7	7	11	2	7
奈良	1	3	1	2	0	1	1	3	1	2		
和歌山	3	1	1	1	3	1	4	3	1	1		
小計	8	15	6	11	11	21	15	27	12	19		

(社)日本臓器移植ネットワーク 西日本支部



	森南昌之さん	川瀬 喬さん
待機年数	17年	約2年
移植をした年月日	2004年2月8日	1984年8月31日
移植時の年齢	48歳	45歳
費用	100,000円（移植協会）＋入院費	なし
移植から退院まで	2カ月半	約1カ月（東京女子医科大学）
移植登録を 決断した理由	母親からの移植経験をして、透析の大変さと移植の素晴らしさを体験したから。	透析に入った頃から、移植を強く希望し、普通の社会生活に早く戻りたかったから。
辛かったこと	母親からの移植の時に3度、今回も3回の拒絶があり精神的に参った。移植後に腹壁瘢痕ヘルニアになり、手術をした。	透析の5年間。毎日が必死だった頃。昼間は会社勤務、透析は夜間の時代
良かったこと	ようやくデーターも安定してきて透析のときと違って、水分を一日に2Lを飲むことの嬉しい辛さ。	移植して、幸せな家庭生活が出来たこと。
献腎移植の適合の 連絡(電話)がかかって きた時の気持ち	移植をしてもまた駄目になる不安があった。が、せっきくのチャンスだからもう一度挑戦をしなければと思った。	移植がうまくいくことだけを考えていた。
メッセージを一言	ドナーの方そして家族の皆様には心から感謝しています。そして移植登録をしている皆様、突然の電話でビックリすると思いますが電話がかかってきたらぜひ移植にトライしてください。	移植後の生活は透析の頃とは比較にならない程一変した。透析患者の方も移植への希望を持ち続けてほしい。私は、ドナーへの感謝の気持ちから、4年前仲間たちと兵庫県臓器移植推進協議会をつくり、臓器移植がごく普通の医療になるように、県内で普及、啓発活動をしています。



エコツアー体験記

三上 満妃

我が家ではまとまった休暇がとれると必ず旅行にでかけます。遊園地、魚、動物と子供中心のプランですが、最近では体験型の旅行を楽しむようになりました。

先日沖繩の美しい自然を満喫するエコツアーを初体験しました。

エコツアーとは自然へのダメージをできる限り最小限に食い止めるように工夫しながら地域の自然歴史文化を紹介するツアーです。

午前中は泳げない娘と私とガイドさんでシュノーケリングをすることにしました。まずサンゴ礁の地形と生態系、遊ぶときのマナーや安

全対策、危険生物の説明をうけいざ海へ。浅瀬で練習を始めましたが、娘は顔をつけた途端「塩からい」と泣き顔になりました。マスクを箱メガネにかえ、ガイドさんに支えてもらい遊泳、海中をのぞき見ることができました。クマノミに会えたときには「ニモ〜」と大興奮、しかし細い娘はすぐに体が冷え、きりあげることになりました。午後はマングローブをトレッキングしました。水辺までくると「ここからは裸足でどうぞ」と言われ、素足で散策しました。地面に無



数の穴があいていて、一見何もいないようなのですが、人がじーっとしていると何百匹もの蟹が穴からはいあがってきます。そして少しでも動く気配があるとさっと身をかくしてしまっています。蟹が出入りするのを飽きもせず眺めていました。

ガイドさんは単に動植物の知識があるだけではなく、相手にいかに興味をもたせわかりやすく説明し楽しませるかを考え、巧みにガイドしてくれました。そして「自然は生き物たちの大切な生活の場、そこで遊ぼうとする私たちはおしましませう」という謙虚な気持ちを忘れられないようにしたい。生き物たちの生活をじゃましないようにしながら、豊かな自然を楽しめたら、私たち人間も生き物たちも幸せですね。」と言われていました。

美しい景色とかわいい生き物達に出会えて感動し、自然に対する謙虚な気持ちの大切さを実感しました。日常生活から離れじっくり旅行なんてまだまだできませんが、心が浄化され、仕事もがんばろうという元気をもらった旅行でした。皆様も、透析、仕事、子育て、介護等忙しい毎日をお過ごしのことと思いますが、春風に誘われて少しお出かけしませんか。



近藤宏二杯ボウリング大会に参加して

市川 洋子

第4回坂井瑠実クリニックボウリング大会近藤宏二杯に参加するのは、今年で2回目となります。今年のボウリング大会はルールが変わり、男性はハンディなし、女性はハンディ+20、昨年6位~10位の方はハンディなし、そしてなんと1位~5位の方はハンディ-20となりました。私は、昨年7位と云う事で、ハンディなし。芦屋のクリニックからの参加で、上司より「芦屋にトロフィーを持って帰るぞ!」と言われ、プレッシャーのかかる中、ルール変更によりチャンスがめぐってきました。又、今年は私にしては、かなり調子良く(周りの方は、かなり調子が悪かったのか?)満足のいくスコアとなり、もしかして...なんて思っていると、1位が同スコアで2人、ジャンケンで決めることになったのです。そして、

勝ってしまいました... (私は子供の頃からここ1番のジャンケン強いのです。)しかし、来年は絶対に入賞することはないでしょう。なんせハンディー-20ですから(笑い)、まあ、そんなこんなで盛り上がる中、二次会も楽しかったです。こんな事がないと患者さん方とも、ワイワイ食事することはないですね。参加できなかった皆さん、来年は是非参加し、日頃のストレスをピンにぶつけて下さい!このルールなら、皆に優勝のチャンスがあります!!



Close up

坂井瑠実クリニックに転院して

宮脇 一哲

僕が転院してきたのは、去年の7月です。それは、今までお世話になっていた病院での準夜透析がなくなったからです。しかし、それ以前にも転院を考えた時期があったので不安はありませんでした。前の病院では、検査の数値をよくするため、ダイアライザーを大きくしたり、薬を変えたりといろいろ試してみたのですが、体がしんどいだけで変化はありませんでした。むしろ、透析が短くなるばかりでした。こちらにきて、まず先生がおっしゃったのは、「とにかく長くやりましょう。」最初は、5時間から始めました。現在、月曜日は午前（5時間半）、水・金曜日は夜間透析（7時間）を行っています。透析での拘束時間は長くなりましたが、明らかに変化はできました。

ひとつめは、血液検査の数値です。ヘマトクリットの値の上昇やBUNの減少など、今までには考えられない数値になっています。また、除水量も7時間で割るので1時間あたり500ml～600mlの間ですみます。前の病院と比べると半分ほどです。

それと、仕事での時間に対するストレスがなくなりました。透析時間は長くなりましたが、夜間透析にしているため、仕事を早退する必要がなくなりました。職場では、十分理解もしてもらっているのですが、やはり早退は後ろめたいものです。水・金と週に2日間夜中に家を空けるのは心配ですが、仕事でのストレスは軽減されました。そして、時間に余裕ができたことで今までよりも楽しく仕事ができています。

僕は、2年前、足の付け根にできた大きな石灰沈着の除去手術をしました。しかし、完全には除去することが

できませんでした。しかも、術後は絶対安静だったので、入院生活は非情に苦痛でした。もしも、また大きくなってしまっても今度は我慢しよう。と、思ったくらいです。ところが、こちらの病院に来てから少しずつ小さくなってきたのです。今では、ほとんどわからないくらいになりました。先生もビックリです。薬を飲むわけでもなく、ただ透析時間が長くなっただけなのです。長時間透析というのが珍しいためか、こういった事例も少ないようで、僕が事例ということになるのでしょうか。本当に時間を延ばすだけで治るのなら、もっと早くこちらにお世話になっていたら手術もしなくてよかったのかな。というのは、結果論ですが……。転院してからは、僕にとってはプラスなことばかりです。ただ難を言うとするれば、ソファでの透析は、慣れていないせいもあると思うのですが、僕には不向きのようなのです。

僕が、透析を始めたのは結婚してから3ヶ月が過ぎて最初の子どもの妊娠がわかった頃でした。体の不調で病院に行ったら、救急車で透析施設のある病院へ搬送され、即入院・即透析導入でした。そのあとも、貧血・十二指腸潰瘍・シメント手術・足のつりなど、いろいろありましたが、普通の人と同じように仕事もできています。その後、二人目の子どもにも恵まれました。導入時、妻のお腹にいた娘もこの春で中学生です。僕もまだまだ家族のためにもがんばらなければなりません。

瑠実先生をはじめとしてスタッフの皆さん、これから長いお付き合いになると思いますが、末永くよろしくお願いたします。

同好会紹介

お花教室

私は、透析をするようになって習い事を始めました。素晴らしい生け花を玄関ホールに飾ってくださっている浜田糰子先生のお花教室です。

生け花とフラワーアレンジメントの2種類があり、12月はクリスマスリースを、1月は正月の花を生けました。趣味や手のリハビリなどで来られている方もいらっしやいます。2ヶ月に一回なので身体にも負担にならないので続けられます。私は、この教室に入って透析で辛い事があっても癒されています。皆様も一度体験されてはいかがでしょうか。



田中 美幸

テニス同好会です！

「健康維持のために、たまには体を動かそう！」という初心者から「テニスはまかせろ！」という上級者まで、スタッフも患者さんもワイワイと集っています。月に2回程度、近隣のテニスコートで活動中。興味のある方は、是非一度参加してみてください。



中岡（御影）・平尾（芦屋）