

うえるうえる

Well Well

第34号



「ドイツ、ハノーバー近郊ツエレの夕暮れ」

年末のご挨拶

坂井瑠実クリニック

院長 喜田智幸



色々あった1年も、もうすぐ終わりです。皆様、今年はいかがお過ごししましたか。3月には東日本大震災があり、大変な被害状況に心を痛めた方も多くいらつしやと思います。地震、津波と原子力発電所の放射線被害のため、一時的に関西に避難され、当院に通院された透析患者さんもおられました。その方達は現在地元にお帰りになっていますが、まだ苦労されているのではと案じています。私達で少しでもお助けすることがあるならば、これからの助力は惜しまないつもりです。ところで、長い透析時間と多い回数の透析が透析患者さんにとって、元気で長生きする秘訣です。そして在宅血液透析は、長い時間、多い回数を行うのに最も適した透析治療法です。今回、坂井先生を団長に在宅血液透析選抜チームがアイルランド、ドイツの透析施設の視察に行きました。そして在宅血液透析のやり方や施設透析を快適に行う工夫等を学んできました。今月号の紙面で特集を組んでいますので、ぜひお読みください。また、田中先生がヨーロッパの学術会議に参加し、報告がありますので、合わせてお楽しみください。

寒さが、だんだんと厳しくなっています。今年もインフルエンザの流行が予想されています。まだインフルエンザの予防接種を行っていない方は、予防接種を行ってください。またインフルエンザや肺炎などの感染症の予防のためには、免疫力を保つことが必要です。免疫力を落とさないようにするには、疲れをためず、身体も冷やさないようにすることが大切です。またバランスの良い食事で栄養を確保し、十分な透析で身体の毒素を取り除くことも必要です。今年も最後まで健康に注意し、良い年にしましょう。そして、また来年が明るく、皆様にとって良い年となるように祈っています。

海外の透析施設見学で感じたこと

坂井瑠実クリニック 理事長 坂井 瑠実



在宅透析患者さんと(アイルランド ダブリン)

生来野次馬根性旺盛な私は透析の施設見学は好きで、以前はよく海外にも出かけましたが、このたびのアイルランド、ドイツは久方ぶりの海外でした。今回は主に在宅血液透析(HHD)を見たいと思って出かけたのですが、海外の透析を見ると、あらためて日本の透析の融通のきかなさを痛感しました。供給装置がセントラル方式(全患者同じ透析液を使っている)は日本だけと聞いていましたが、透析液の種類が多く、患者さん毎に透

析液を使い分けている現場を見て驚きました。残腎機能を保とうとしても、ナトリウム濃度が140では時間とともに血圧が上がっていく現象を止めることが出来ません。せめて導入は個人機で行いたいと強く思いました。

在宅用の透析液は、プラスチックバッグで5L(B液はパウダー)希釈倍率をかえて在宅用にコンパクトにしてありました。必要物品と一緒にパック化されて配送されるシステム、廃棄物処理、モ

ニター画面の高さ等々、日本に持ち帰りたいものがいっぱいでした。介助者を必要とせず(用事があれば家人を呼ぶコールはある)、すべて自己責任、自分でするという姿勢はさすが個人主義、自立の国だと感心し、学ぶことが多い視察旅行でした。

またか・・・と思われるかもしれませんが、4時間も長い時間ですが、「透析の合併症は透析不足による合併症」なのです。統計調査では週3回4時間

の透析では生命予後が健常人の半分といわれていますが、長生き出来ないだけではありません。だんだん合併症が出現して、日常生活が困難になります。透析をしているから仕方がないではありませんー透析が足らないかなのです。

「どれ位透析をしたら良いか?」、長く透析をすると大事なものが抜けすぎてしまうのでは?など疑問も多くあると思いますが、普通に食べれるのであれば、透析しすぎで何かの欠損症が起こることは考えていません。しかし電解質、特にリンやカリウムに関しては海外のように透析液側の工夫が必要だと思います。この旅行でも、当院の患者さんの元気さどこにも負けないと自信ができましたが、血圧が安定する、降圧剤が要らなくなる、エリスロポエチン製剤も少なくてすむ、もしくは要らなくなる等々良い状態に持ち込むには、最低週3回6時間、隔日透析なら5時間、4回透析なら4時間は必要です。施設ではおのずと制限がありますので、どんな時間帯でも、何時間でも透析が可



透析液の倉庫

能というわけに行きませんが、在宅でならどのようにでも透析時間を延ばすことも回数を多くする事も出来ます。今30数名の方が在宅で血液透析を行っていますが、本当にお元気で。しかし、誰でも1日24時間しかありませんので、透析時間を考えるのは患者さんご自身の仕事なのです。どのような人生を送りたいかは皆さんの問題なのですが、オーバーナイトで毎日透析しておられる患者さんから、十分透析をすれば限りなく腎移植に近づけるのだと学ばせてもらっています。

皆さん!良い年でありますように!

ヨーロッパの透析施設(アイルランド・ドイツ)

坂井瑠実クリニック 臨床工学科 岡 留 哲 也

日本との違いは、ヨーロッパでは透析液の種類は約100種類あるそうで、見学に行った施設では10種類の中から各患者さんに合った透析液を選ぶ事が出来ます(ちなみに当院では3種類

海外での在宅血液透析(以下HHD)・施設透析の現状を見学するため2011年11月8日～11月15日(5泊7日・強行スケジュールでした)でアイルランド・ドイツと行く機会がありましたので報告します。

行程は、北アイルランド(イギリス)→アイルランド→ドイツと見学しました(図1)。



在宅専任看護師さんの話を聞く

使用しています)。また、透析を行う上で必要な穿刺(ブラットアクセス)は、カテーテルを挿入して透析を行っている方がいます。これは施設・HHD関係なく使用しています。穿刺をする必要がないことは大きなメリットとも言えますが、反面感染のリスク

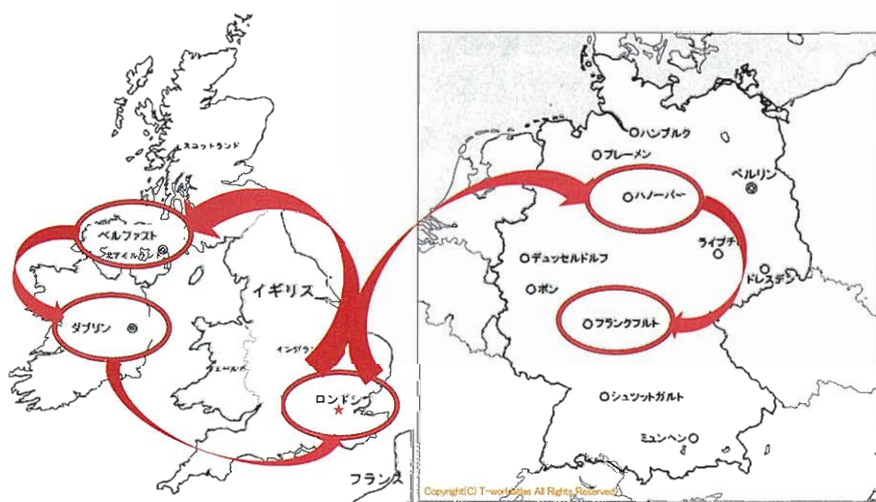


図1.海外施設見学の行程

ている患者さんはこれより少し多い時間を確保していましたが、連日透析自体は少なかつたように思います。これは、家族と過ごす時間を大切にしたいので、患者さんが希望しないとのこと、国により考えの違いがあると実感しました。

が高まることもあるので、一長一短です。

透析スケジュールは、見学した施設に関して言えば、日本とはほぼ変わらず週3～4回、1回4～5時間透析が一般的でした。HHDをして

| 国名 | HD | PD | HHD |
|---------|--------|------|-----|
| 北アイルランド | 700 | 80 | 20 |
| アイルランド | 1500 | 200 | 10 |
| ドイツ | 70000 | 3500 | 500 |
| 日本 | 287118 | 9728 | 279 |

表1. 各国の透析患者数(2009年及び2010年)

HHDを行う上でメーカーのサポートがしっかりしているので、透析装置の作り・物品配送方法・医療廃棄物の問題などが日本より良いサービスを提供できていると感じました。

今回の海外見学では、日本とは違う施設・透析環境に触れることで色々な発見がありました(まさに目からウロコ!!)。対応して頂いた現地のスタッフの方々は、丁寧に教えていただき、また情熱をもらった気がします。今後、この経験を生かしてより良い透析が提供できるようがんばりたいと思います。



バック詰め材料

第38回ヨーロッパ人工臓器学会に出席して

芦屋坂井瑠実クリニック 院長 田中 寛

第 38回ヨーロッパ人工臓器学会、ESAO, European Society of Artificial Organs・第4回国際人工臓器連盟、IFAO, International Federation of Artificial Organs (日欧米の人工臓器学会の上位組織で、2年おきに開催)は2011年10月9日から12日まで、ポルト市、ポルトガルで開催された。実は昨年、マケドニア(旧ユーゴスラビア)の首都スコピエで開催された第37回ESAOで東京医科歯科大学病院臨床工学部を中心とした臨床工学技士さんのグループが2演題を発表された。私が彼らにESAOでの発表を勧め、発表用ポスターのお手伝いをしたので、ツアーコンダクターを兼ねて同行した。その時Prof. Jörg Vienken (フレゼニウス メディカル ケア、ドイツ)がIFAO会長になったので、ポルトではIFAOも開催されるので参加するようにと誘われた。今回は発表がなかったので、まさにお祝いのための参加だった。ポルトはリスボンに次ぐポルトガル第2の都市(ローマ帝国時代、5世紀以前に都市形成)で、世界遺産に登録されている。



写真1. ポスターセッションが終わってからのので人影がない。

今 回の学会場はドウロ川に面したポルト コンGRES センターで、参加者は世界各国から650名とかなりの人が集まった(写真1)。また、晩餐会はカサ フェレイラというワイナリーで学会3日目午後8時から。会場ではワイナリーの見学、食前酒を飲む人(写真2)、ただ待っている人など。食事は9時に始まった。久しぶりに会う人(日本人も含めて)もいて、楽しいひと時だった。なお、パーティは24時を超えても続いた。



写真2. Prof. Günter von Sengbusch 夫妻(右の二人);約20年前にエンカ(キュプロファン膜の製造会社、今はメンブラーナ)社長を退職して研究者となった。左から2人目は元ロストック大学(ドイツ)Klinkmann教授夫人。



ドウロ川右岸にはしゃれたレストランがならんでいる。

第3回在宅血液透析懇話会

芦屋坂井瑠実クリニック 臨床工学科 杉本 膳 寿

去る平成23年11月26日、第3回を迎える在宅透析懇話会が開催されました。当日はお天気にも恵まれ、60名を超える参加者にお集まり頂き、盛況の内に会を終えることが出来ました。御影本院の食堂での開催から始まったこの会が、このようにどんどん大きなものに育っているのは、とても嬉しく感じます。ご参加頂いた皆様には感謝いたします。

■今回当院からは大きく分けて3つ、岡留技士からは海外の在宅透析について



の報告を、私からは安全に在宅透析を行うために、そして坂井理事長からは検査データの見方という内容でお話をさせて頂きました。岡留技士の講演については、紙

面を別に記事を掲載しています。海外の施設透析、在宅透析についてなど、普段なかなか知ることの出来ない内容です。是非ご覧下さい。

■懇話会も3回目を迎えたことで、坂井理事長と私からは、より日常の在宅透析について踏み込んだ内容のお話をさせて頂きました。

■検査データはみなさんの透析量を表す大切な指標です。1週間あたりの透析時間が同じであっても、週あたりの回数と1回の時間によって(つまりHDPによって)結果は大きく変わってきます。施設透析と違い、回数や時間を自由に調整できるのが在宅透析のメリットの一つです。せっかく在宅透析に移ったのだから、施設と同程度の透析量ではもったいない!と思いませんか。透析中心の生活ではなく、ご自身の生活スタイルの中に透析を組み込むことの出来る在宅透析なので、より良い検査データを目指してご自身の透析スケジュールを見直してみたいかがでしょうか?

■安全面についても、いくつかお話をさせて頂きました。これまで当院で在宅透析を行ってきて経験した大きな



事故を紹介することで、少しでも皆さんへの注意喚起になればと思います。ハード面でのサポートは私どもが全力で行って行きますが、ソフト面つまり実際に透析を行っているのは患者さんご自身です。ちょっとしたミスから大きな事故に繋がることもあるという認識を常に持って、毎日の透析に望んで頂ければ幸いです。

■今後も、在宅透析患者さん同士の繋がり場の場として、またクリニックからの情報提供の場として、在宅透析懇話会を続けていきたいと思っております。次回も沢山の方のご参加をお待ちしております。

最後に、会場でご記入頂きましたアンケートにこの場を借りていくつか回答させて頂きます。

●時間が長いのも嫌であったが、在宅で回数が多くなったのも負担。

■前述のように検査データなどを改善することも大切ですが、在宅に移っても透析が生活を圧迫しているようなスケジュールは出来れば避けたいと考えています。一緒にご自身に合ったスケジュールを考えましょう、ご相談下さい。

●一番の苦労はやはり穿刺です。月数回失敗はあります。失敗した時はなぜ?と考えるのですが、考えてもなぜ失敗したか分からない時はしんどいです。

■同様の答えが多かったです。やはり穿刺は一番の問題だと思えます。可能であれば施設で透析に入って穿刺部位を相談したり、訪問時に血管を拝見させて頂いたりといった形でサポートさせて頂きたいと考えています。

●へパリンの残量が起き上がらないと見えないので、数値化するとか見やすくなる方法はないだろうか?

■記録用紙に記入して頂く項目については、現在検討中です。海外では非常に簡単な記録用紙であったことなども参考に、今後も改良していきたいと思っております。

海外透析旅行に挑戦!

小 畦 勝 治 (芦屋坂井瑠実クリニック)



透析始めて約2年半、若い時に腎臓機能に問題があると言われ新婚当初から家内と共に塩分・タンパクの制限などに徹し65歳まで頑張りました。でもいずれ透析が必要かもと医師から告げられ、それならば透析開始までに好きな外国に出来るだけ行こうと欧米9ヵ国とオーストラリアその他に行きました。

そして透析患者となり、坂井瑠実クリニック様にお世話になる中で、何気なく坂井理事長先生に「もう好きな海外旅行に行けない」と話したところ、先生は「透析しながら外国に旅行する方も多くおられるので諦めないで」と勇気づけられ、スタッフの方には、「透析の為の人生ではなく、人生の為の透析に」と教えて頂き、海外旅行挑戦を決心しました。

初めての海外透析なので滞在型とし知人のいるベルリンへ、病院はホテルの近くを探し連絡は田中院長先生がしてくださり、いよいよ希望と不安を胸にいざ出発。

透析第一日目は緊張したが病院スタッフの方達は優しく、日本と変わらない気分でした。ただ体重測定では衣類の重量は無視で、除水量は未経験の3.1kg、血流量もいつもの220ml/minを300ml/minなので心配になり、看護師に尋ねると「看視しているから」と却下。



病院では朝食と昼食が出て透析中の朝食はパンの上にハムやバターがのり、飲み物はジュースやコーヒーマ・紅茶等で種類・量は自由です。昼食は透析後に食堂で日替わりメニューです。しかし日頃気にしているリンやカリウムの多いハムやソーセージなどで、味もしっかり付いて大丈夫かなと思いながらも美味しく頂きました。



言葉は、ドイツ語はもちろん英語も普通に使ってくれるので私のつたない基礎英語でも意思の疎通はできました。ただ私のデーターが有るのではほとんど会話ができなくても大丈夫な気がします。

ドイツで特に感じた事は、身障者がとても優遇されている様で、「私は身障者です」のドイツ語と日本の障害者手帳を提示するだけで、例えばベルリンフィルのランチコンサートに行った時でも、身障者の優待席に通して頂いたし、私は試していないのですがバスや電車、博物館なども割引可能と聞きました。街中の人も優しく親切で、何処へでも安心して行けました。

文末になりましたが、初めての海外透析旅行も何の問題もなく出来たことは、ひとえに理事長先生、院長先生、スタッフ皆様のご支援で成遂げられた事だと感謝しています。

再度知らない国に行きたいと思い、夢を膨らませています。

クリスマス会に参加して



12月4日(日)午後5時から三宮の第一楼で第12回友愛会クリスマス会が開催されました。参加人数は過去最多の117名。多くの子供達の参加もあって、賑やかに皆で親睦を深めました。

ちっちゃな猫背のサンタさん

初のサンタ役にチャレンジした私ですが、衣装はダブダブ、まるで貫禄のないサンタとなりました。しかし、大きなプレゼントの靴を抱えたキラキラした瞳の無邪気な笑顔に囲まれて、私の方が素敵なプレゼントを貰えた気分でした。

最強御影女性合唱団結成&ちょっと恥ずかしかったデュエット

恒例のカラオケ大会には、老いも若きも参加して、大いに盛り上がりました。写真は御影女性陣により美声を披露された様子です。光栄にも私も坂井瑠実先生とデュエット出来ました。次回はもっと多くの方の参加をお待ちしております。



御影Bグループ 永井 稔

栄養科からのお知らせ

日々のお食事の積み重ねが、体に与える影響は大きいものがあります。

最近、血液データが、除々に悪くなってきた、透析後、体の調子がくずれる・・・などの症状はありませんか？

案外、毎日のお食事の中に、原因となるカギがかくれている場合があります。

そこで、栄養科では現在の食生活をふり返っていただき、少しでも患者様のQOLの向上に役立てていただける様、2日間の食事の栄養診断をおこなっております。

1日に召し上がったものをすべて2日間デジタルカメラで撮影していただき、そのまま、カメラを受け取り、栄養価計算をして資料をお返し致します。(カメラは貸し出し致しております。)



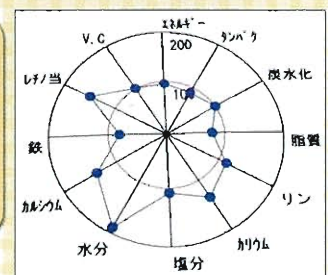
例えばある日のAさんの一日のお食事です。



リンの血液データが高いAさん、食事が影響しているのか気になっておられましたが、栄養診断の結果、一日のエネルギー、たんぱく質の摂取量は、ほぼ適量でありましたが、リンの総摂取量は、900mgを超えている日もあったことがわかりました。

栄養診断でわかること

- ①一日のおよその摂取カロリー、たんぱく質、リン、カリウム、塩分の量が把握できる。
- ②食品の群別(肉類、野菜類など)どの食品が、不足しているのか、摂りすぎているのかがわかる。



皆様も是非一度食事診断をなさってみられませんか？

お気軽に 栄養士 林 又は、スタッフ まで声をおかけ下さい。

トリア花展

御影玄関ホールの

花でおなじみの浜田
糧子さんの花展が、11
月15日ドイツトリア
市で行われました。日
独交流150周年の
記念行事としてトリ
アの独日協会が招いた
もので、私もヨーロッパ
在宅血液透析視察の
後合流しました。巨
大な花店の大勢の



人々の前で、浜田先生は日本から持ち込んだ花材で
見事な花を生けられました。地元の人たちとのワーク
ショップもあり、また珍しい着物姿も話題となって二層
日独の友好を深めた感じがします。トリアは4世紀に
は第2のローマと言われるほど栄えた町で、世界遺産
があちこちに散らばっています。作品は花展後、古代
ローマの美術品が並ぶ州立博物館に移され展示され
ました。晩秋のトリアは氷点下の寒さでしたが、お世
話をして下さった独日協会の会員の皆さんや町の方々
の温かさは忘れられません。

浜田先生は御影玄関ホールに四季折々の花をボラン
ティアで13年間、なんと700回以上生けられました。
海外花展も3回目になりました。先生のますますの
ご活躍を祈ってトリアの旅を終えました。(三上珠実)

編集後記

編集委員長 城井 慶子

今回の紙面は、海外在宅透析視察にはじまり、在宅透析に関する内容が多くなりました。ひとくくりに透析と言っても、そのスタイルや詳細は様々です（特に当院では）。

NHKテレビ放送のコロナビア白熱教室で、どんな環境においても自分の選択によって人生を切り開いてきた教授が「選択は力なり」という興味深いメッセージを語られていました。すでに透析をされている方だけでなく、将来透析をされるであろう方々にも、今回の内容を一助として、ご自身に合った透析のスタイルをぜひ選択して頂ければと思います。

発行所

医療法人社団

坂井瑠実クリニック

電話〇七八ー八二二ー八一

千六五八一〇〇四六

神戸市東灘区御影本町二丁目一〇

発行責任者 坂井瑠実

顧問 三上珠実

編集責任者 城井慶子

発行日 平成二十三年十二月二十四日

印刷 田中印刷出版株式会社

千六五七一〇八四五

神戸市灘区岩屋中町三一四



坂井瑠実クリニックホームページ

<http://www.sakairumiclinic.jp>