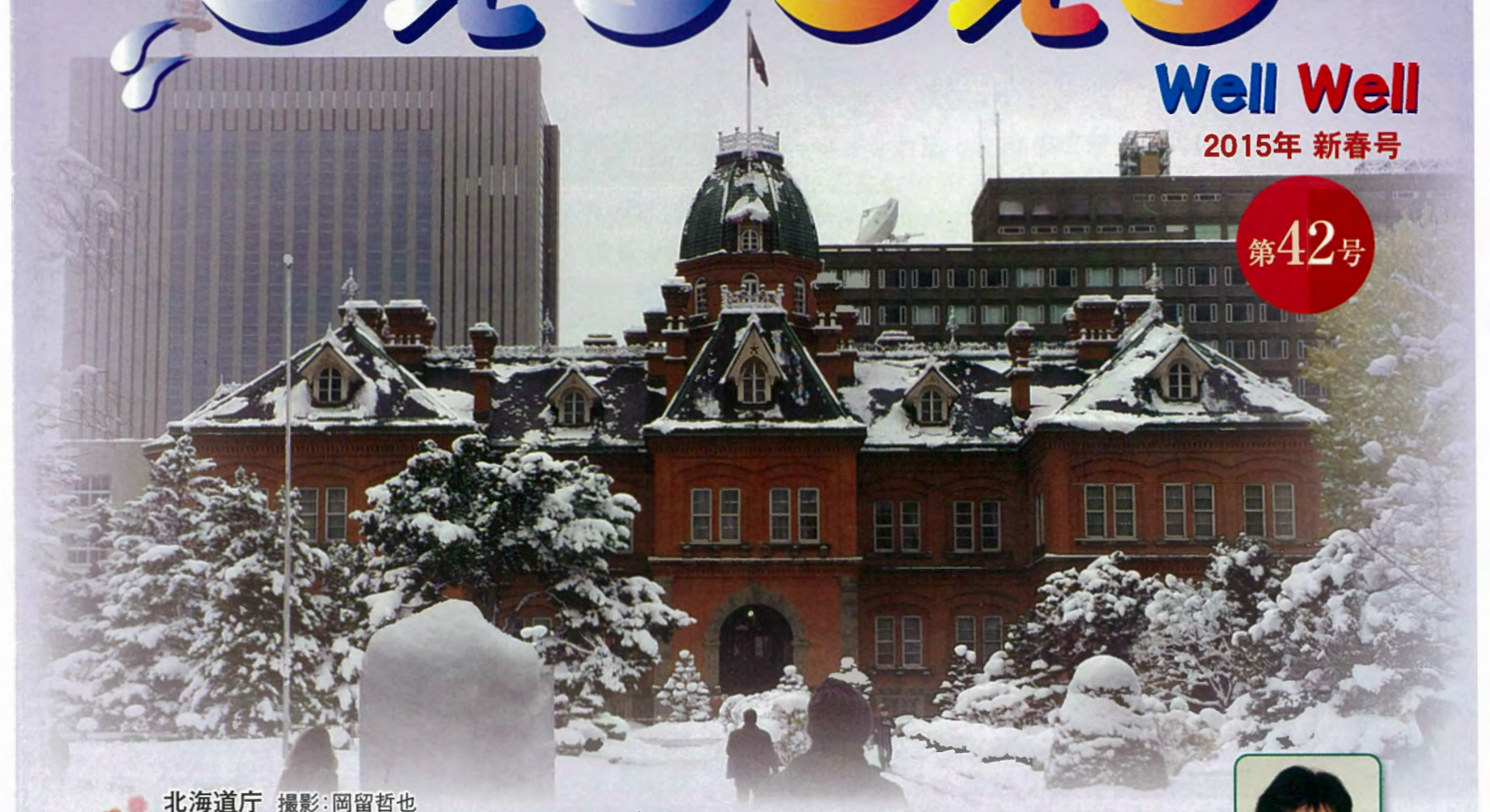
坂井瑠実クリニック機関紙

うぇるうぇる

Well Well

2015年 新春号

第42号



北海道庁　撮影：岡留哲也

新年のご挨拶

坂井瑠実クリニック　院長　喜田　智幸

あけまして、おめでとうございます。うぇるうぇるを今年もこうしてお届けできるのは、皆様の応援があってのことです。これからも、ご愛読よろしくお願い申し上げます。

ところで昨年は色々な偽りが話題になりました。証明できないSTAP細胞の研究、他人に自分名義で作曲させていた聴覚障害？の作曲家、ありえない出張請求をしていた県会議員など、枚挙にいとまがありません。これらは他人に迷惑をかけ、期待を裏切ったため糾弾されましたが、偽ること自体は私には他人事とは思えません。私達は自分が可愛く、また他人に気に入られたいものです。特に情報化社会の現代では、できるだけ多くの人に評価されることが人間の価値だと考えがちです。そのため他人からの高評価を得るため、無理をして自分を偽ることがあります。ありのままの自分より、偽りの自分の方に価値があると思うのです。自分を偽ることは苦しく、破綻し、結果として他人に迷惑をかけてしまうことがあるにもかかわらず、人は偽ることを止められません。私自身にも自分をよりよく見せようとする要求はありますし、それを抑える方法も思いつきません。せいぜい他人に迷惑をかけないために、大きな偽りをしないように気を付けるくらいです。結局、自分を偽らないための答えは出ていませんが、偽りの自分がいることを頭の片隅にとどめながら生きていくしかないかなと思っています。

偽り多き世の中ですが、うぇるうぇるでは、できるだけ等身大の坂井瑠実クリニックと透析医療の現状を皆様にお届けしていくつもりです。真に良い医療を行い、患者さんが元気で長生きして下さることは、私達医療に携わる者の本心です。そのために色々な人の声に耳を傾け、謙虚に自分を見つめ、研鑽をつまなくてはと思っています。最後に今年が皆様にとって良い年になるように祈り、新年の挨拶とします。

阪神大震災から20年！
昨日のことのように思い出されます。

坂井瑠実クリニック　理事長　坂井　瑠実

1995年1月17日午前5時46分、震度7という信じられない激震が私たちの街を襲いました。たった20秒の間に見慣れた街は変貌し、多くの方々が負傷し、亡くなられ、また最愛の家族を失いました。震災で助かった透析患者さんは次の瞬間“透析が出来ない恐怖”を味わい、私たちは病院に駆けつける以外ＳＯＳを発信するすべさえ思いつかなかったあの時が昨日のことのように思い出されます。

どんな地震が来ても潰れない、機能不全にならない透析施設をつくりたいと思い、地下水（宮水）を利用できる御影の地に坂井瑠実クリニックを立ち上げたのがその3年後でした。この新聞の“うぇるうぇる”の名称は　well→井戸　well→元気で　を合わせて地下水で元気に、震災が来ても水には困らないようにと名付けられたものです。建築も震災に強い建て方で、自家発電も透析が出来る容量で設置してありますが、震災で助かった方々が、その後多く亡くなられていることから、私たちは震災対策を次のように考えています。

❶ 被災地での透析は考えない

ライフラインが途絶える規模の地震であれば、たとえ遠方でも地震の影響を受けていない施設で通常の透析を行うことを心掛けて下さい。そのためにも委託透析（旅行透析）を経験しておくこと。

緊急連絡先に遠い親戚も入れておいて下さい。

❷ 自分の身は自分で守る

有事の際は患者さん自身の判断で他施設へ連絡、移動するなど臨機応変に対応して下さい。

❸ 透析情報の常時携帯

当院の診察券には常に最新の透析条件が記載されていますので、お財布の中などに入れて常時携帯して下さい。

❹ NTTの災害伝言ダイヤル「171」を使いこなしましょう。

施設や家族で暗証番号を決めておく（4桁：当院は各施設の代表電話番号に決めています。本院：8111、芦屋：9911、本山：1611）

直接話が出来るわけではありませんが、施設側のメッセージを聞くことも、自分のメッセージを伝えることも出来ます。

❺ 緊急離脱の方法を習得しておく

うぇるうぇる第33号参照してください。

大規模な自然災害が多発し予測される中、20年前と違って携帯電話やスマートホン等通信の発達は大きく、又透析医会、患者会と行政との連携等種々のシステムの構築や技術も目覚ましいものがあります。しかしそれを利用する人々が混乱せずに行動すること、災害は来るものとして日頃から備えること、訓練しておくことが何よりも大切なことだと再確認し、肝に銘じたいと思っています。

災害のない2015年にしたいものです。

透析情報の常時携帯の工夫

当院で使用している診察券には、常に最新の透条件が記載されています。

また、穿刺は受付でリーダーに診察券を通した順番に行うことで効率化を図っています。

第10回　長時間透析研究会に参加して

本山坂井瑠実クリニック　臨床工学科　**岡留　哲也**

2014年11月16日、北海道の札幌にて長時間透析研究会が開催されました。前日より雪が降って、外の気温は氷点下まで下がりましたが、会場では今回のテーマ“長時間透析と栄養”について活発な論議がなされて、熱気が凄かったです。内容を少し紹介します。透析により、身体に不要なものだけではなく、必要なものまで除去しているのでは？とのことでしたが（透析では除去物質の選択が難しいため）、長く透析をすることで、食事量が増え、必要な物は抜けても十分に補える、むしろDWが増える（太る）とのことでした。長く透析をするからといって、食事の摂り過ぎには十分注意して下さい（笑）。年末年始などのイベントが多い時は食事をたくさん摂り、いつもより採血データが悪かったりします。そんな時は、少し透析時間を長くしてみて下さい。透析にあわせて食事するより、食事にあわせて透析するようにしてみてはどうでしょうか。

第10回　長時間透析研究会での発表報告
演題「透析患者のALB測定における改良BCP法の評価」

坂井瑠実クリニック　臨床検査科　**佐藤　智香**

2014年11月16日前々日の雪が残る北海道札幌市にて第10回長時間透析研究会が「長時間透析と栄養」のテーマで開催され、私は上記演題で発表する機会をいただきました。ALB（アルブミン）は体内水分バランスの維持、色々な物質との結合や運搬など多様な働きをしている最も量の多い蛋白質です。透析前の数値として3.6g/dL以上が目安で、測定は患者さんの栄養状態評価の指標として重要です。低い数値は栄養摂取不足や透析不足、水分の取り過ぎ、炎症などが考えられます。このアルブミンの測定法として、新しくブロムクレゾールパープル改良型法（改良BCP法）が開発され多くの検査センターや、院内の検査室で採用されるようになりました。しかし、従来の方法と改良BCP法の間で数値の乖離があるために臨床の先生方の混乱を招く結果となっています。今回、従来法と改良BCP法の正確性の比較や乖離の原因について検討をおこない、その結果を発表しました。今後とも学術的なことにもチャレンジを続けたいと思います。

【目的】透析前血清（n=148）　g/dL

	BCG法（2013/3測定）	改良BCP法（2013/4測定）	乖離差（G－P）※
mean	3.9	3.6	0.35
sd	0.35	0.36	0.22
max	4.6	4.4	1.1
			0.5≦ 44（30%）

※paired -t検定（p=<0.000）

在宅血液透析懇話会

坂井瑠実クリニック　看護部　城井　慶子

平成26年11月9日（日）、在宅血液透析懇話会を六甲アイランドファッションマートにて開催しました。今回は、21名の患者・介助者の方々にご参加頂きました。
今回の話題は、
・世界のHHDの最前線
・HHDでの注意点
・ディスカッション

「世界のHHDの最前線」

喜田院長からのお話で、海外では腎不全の合併症を予防し、生命予後をよくするために在宅血液透析を選択することが増えているという現状、そして“透析は、頻回に多くした方が生命予後がより良い”という共通認識が拡まっているとのことでした。また、頻回に長い時間透析をする場合には、施設透析用の透析液ではリンやカリウムが過剰に除去され、低リン血症、低カリウム血症になることがあり、その予防のために透析液にリンやカリウムを添加することが必要になります。

そして、ヨーロッパで認可されているHHD専用透析装置についての話題や、アメリカで使用されているHHD専用透析装置の日本での治験に関しての話題が続きました。外国で使用されているこれらの在宅血液透析専用機器が日本にも導入されれば、もっと簡便に在宅血液透析を行うことができると思われます。

日本での現状として、HHD患者さんの旅行時には、旅行先での施設透析を予約しておくことが必要ですが、日本でもHHD専用透析装置があれば、そして持ち運びが可能であるなら、旅行先でもHHDの携帯が可能になります。まだ未来の話かもしれませんが、このような動向があるという報告に、「ぜひ、治験をしてみたい！」と多くの方が挙手されていました。

「HHDでの注意点」

技士の岡留からお話をさせて頂きました。

＜HHD前後の採血郵送に関して＞

自宅での透析前後の採血を当院へ郵送して頂いていますが、到着するまでの時間や温度の影響を受けて採血結果が不正確になってしまう事が度々発生しているという現状があります。そのため、自宅で採血後に遠心分離機を使用して頂く事を予定しています。

＜HHDでの出血事故防止に関して＞

出血事故防止の為、HHD患者の皆様全員に漏血センサーを必ずご使用頂くという事にしました。今まではオーバーナイトでHHDをされている方のみにご使用頂いていましたが、短時間の方でも皆様全員にご使用頂きたいという現状報告をしました。

「ディスカッション」

HHD初心者の方～ベテランの方がお話できるよう、数名ごとにテーブルに分かれて、情報交換をして頂きました。自己紹介に始まり、他の方に聞いてみたいことや、疑問に思っていることなどお話頂きました。慣れたテーブルでは、腕をめくり各自のシャントについての話題が出ていました。（素晴らしいですね！）ご参加頂いた方より、“皆と会って情報共有や情報交換ができ、とても参考になり励みになり良かった”等のご意見がありました。また、ベテランクラスからは、HHD患者皆が集えるような（皆が興味を魅かれてしまう（笑））会の開催希望もありました。

そして、介助者の方のテーブルからは、同じ立場だからこそお話できたり、共有できる話題が上がっておられ、有意義であったとの感想がありました。

ロンドンクリニック

二刀流透析旅行記

三谷　幸雄

９月の時点での私の透析はハイブリット透析（腹膜５日、血液２日/週）という方法を取っていた。腹膜透析はすでに13年を経過し、限界に近づいていた。もう止めるようにと主治医の岡本先生からご指導を受けていたのだが、それをずるずると延ばしてきた。

３年前、結婚と同時にイギリスに転勤となった私の息子が、今年の春になって「７月に孫出産予定」との連絡を寄越してきたのだ。それならば是非、孫の顔を見に行かねばなるまい、とイギリス行きを決意していたことが、PDを延ばしてきた理由であった。

問題は透析である。HDのみという手もあるが経験不足、各旅行地の病院の手配の難しさを考えると不安が大きい。そこで旅行11日間をHDを１回のみとしてあとは全てをPDで乗り切ることにした。岡本先生の了解を頂き、二刀流透析旅行の準備が始まった。

計画は３か月前からスタートした。日程の決定、チケットの手配、宿泊地を確実にしないと透析計画が前に進まないからである。

CAPDのための準備

①透析液の配送依頼、フレゼニウスによる現地調達とした。配送先は英国ミルトンケインズの息子宅(英国内はレンタカーで液を積んで移動)と、パリのホテルの２か所とした。

②透析液の機内持ち込み
航空会社サービスセンターに連絡。出発日、帰国日の便と座席を伝え、液の持ち込みと機内で２回交換することを説明し便宜を図ってもらう。搭乗券カウンター、手荷物検査、機内での交換場所の確保、座席を最前列壁際に指定(加温器を足元に置きコンセントに接続)などスムーズにいくように依頼した。

③PDに必要なものは全て機内に持ちこんだ。
キャップとホルダー、変圧器（200w以上）と各国のコンセント、バネ計り、S字フック（これは便利）、プラスチック製ナイフ（廃液処理用）など15点以上

④主治医および製薬会社によるメディカル内容証明書（通行手形だ）

HDのための準備

旅行中、１回の透析をロンドンと決めホテルを予約した。病院探しだがこればかりは私には手におえない。岡本先生に全面的に協力をお願いした。ホリデイ透析を受け入れてくれる病院はそんなに多くない。お忙しい中、ロンドンクリニックとコンタクトをとって頂いた。メディカル情報を何度か交換、受け入れまでに１か月半以上はかかったのではと思う。ありがとうございました。

こうして準備が完了。二刀流透析旅行がスタートした。

ロンドンクリニック透析中

生れて２か月のベビーカーの孫と湖水地方を散策をしたり、念願のオランジュリー美術館を訪ねるなど、11日間のイギリスとパリの旅を楽しんだ。

帰国後、10月になって腹膜透析は終焉をむかえた。

ロンドンクリニックは落ち着いた街並みの中にあった。５時間の透析を終え疲れた体で病院を出た。一筋西に行くとメルリボーンハイストリートに突き当たる。東京でいえば銀座通りというところか。T字路の角に本屋さんを見つけた。中に入るとそんなに大きくはないが中央が吹き抜けになっており独特の雰囲気がある。後で知ったことだがロンドンでも有名なダウントブックスだった。外に出てさらに西に向かうとベイカー街、地下鉄ベイカー駅に向かうためだが、確かこの近くに221Bがあるはずだ、そういえばさっきのブックスにいた鹿撃ち帽にステッキ姿の中年紳士はホームズだったかもしれないと、ふっと思った。

帰国翌日、透析に行くと、岡本先生が来られ「病院はどうでした。ベイカー街の近くでしょう。」とたずねられた。ひょっとすると先生はシャーロキアンかもしれない。

メルリボーンハイストリート
ダウントブックス前

クリスマス会

岡田　京子

去る、12月7日(日)　坂井瑠実クリニック友愛会　第16回　クリスマス会に参加しました。と言うより司会をさせて頂きました。
今年は、ポートタワーホテルで開催でした。初めての場所なので参加人数が心配されていましたが当日の参加者は、昨年以上の会員、家族、スタッフの皆さんが参加となりました。

ポートタワーホテルはポートタワーのすぐ北側にあり、ホテルの窓からは神戸港とポートタワーが見える素晴らしい景色が広がっていました。

クリスマス会は、坂井瑠実理事長の挨拶から始まり、喜田院長の乾杯の発声と同時に食事タイムとなりました。
皆さん、それぞれのテーブルで楽しい会話が進みます。
余興では、御影スタッフ佐川さんの娘さん)とお友達による「少林寺拳法演武」です。
あまりの迫力に司会者の私は、びっくり！してしまいました。

続いて、昨年も参加をして下さった「あすなろボランティアの会」さんによる腹話術と南京玉すだれです。又、ちびっこ達に人気のある「妖怪ウォッチ」のダンスが始まるとちびっこ達が大喜びでダンスに参加していました。
楽しかったダンスの後は、サンタさんからの長靴のプレゼントです。
今年は、各テーブルの子供さんにサンタさんが回っていく予定でしたが、登場するなり、子供たちに揉みくちゃ状態で大人気でした。
大人たちには、恒例の抽選会があり、またカラオケで益々盛り上がって行きました。

最後に、田中院長から挨拶を頂き、お開きとなりました。

幹事の皆さん、お疲れ様でした。ありがとうございました。

編集後記

皆様、新年明けましておめでとうございます。私も、12月にあった患者会主催のクリスマス会に子供と一緒に参加させていただき、とても楽しかったです。ありがとうございました。まだまだ寒い日が続き、インフルエンザの流行もありますが元気に冬が越せるように、お過ごしください。そして、そんな元気な皆様からのご意見・ご感想お待ちしています。今後も皆様のお役に立てる情報をお伝えできればいいなと思っております。今年も、うぇるうぇるをよろしくお願いいたします。

(編集委員／佐川　香織)

発行所　医療法人社団
坂井瑠実クリニック
電話 078-822-8111
〒658-0046
神戸市東灘区御影本町2丁目11-10
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27年1月31日
印　刷　田中印刷出版株式会社
〒657-0845
神戸市灘区岩屋中町3-1-4

坂井瑠実クリニックホームページ
http://www.sakairumiclinic.jp