

TMG あさか医療センター広報誌

ご自由にお持ち下さい

Take Free

病院と患者さま・家族をつなぐ

# かけはし

2025. 4

Vol.15

Spring

特集

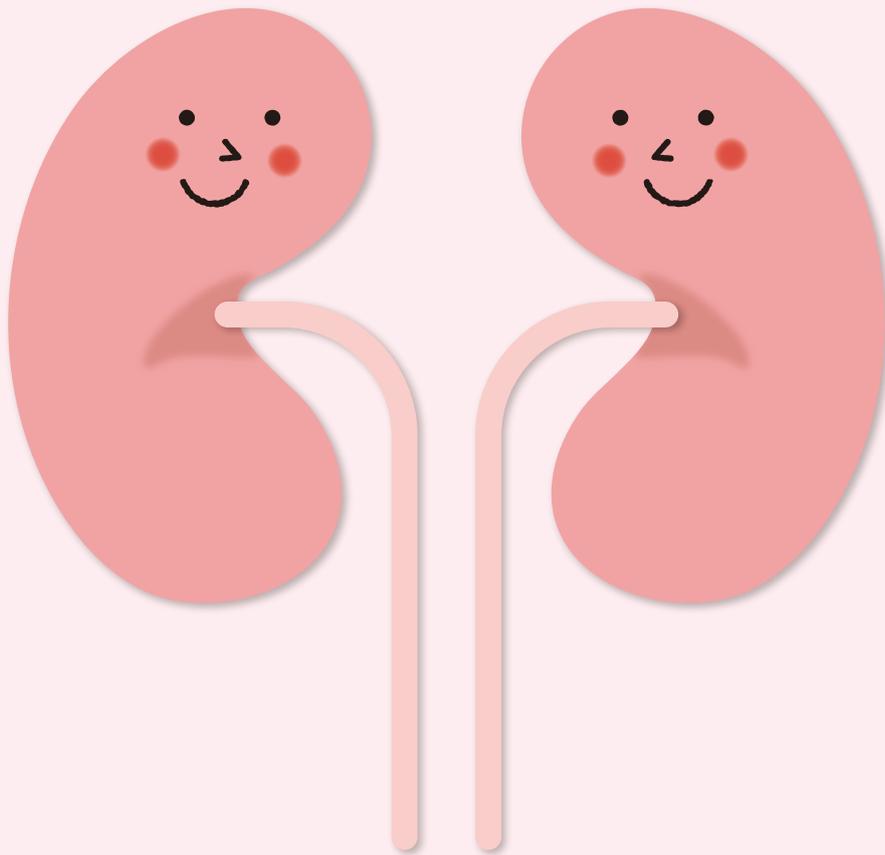
ドクターズインタビュー「慢性腎臓病」

PICK UP: 薬剤部

「ご意見箱より」: 「みなさまの声」

連携医療機関: わこうキッズえきまえこどもクリニック

すこやかわこうおやこサポートクリニック



## 腎臓内科 特集 慢性腎臓病

# 腎臓から全身の健康を支える 新たな拠点として



✓ ドクターズインタビュー #005

腎臓内科部長 唐澤 一徳 医師

### 腎臓内科とはどのような診療科ですか？

腎臓という臓器の最大の働きは「尿」を作ることです。この尿を通じて体内の環境を整え、全身の臓器や細胞が正常に働ける状態を維持するのが、腎臓の重要な役割です。逆に言えば腎臓に異常があると、全身の臓器や細胞に影響が及び、さまざまな不調を引き起こすことになります。

我々、腎臓内科医はその時々患者さんの状態に最適な尿を腎臓が作り出せるようサポートすることを究極の目標としており、そのためには腎臓内科医の前にまずは、全身を診れる総合内科医でなくてはならないと考えています。全身の状態、病状の正確な把握があってはじめて、その状況に最適な尿（量や組成も含めて）を思い描けるからです。腎臓内科は、腎臓を起点にして全身を診る診療科といえるでしょう。

### 「慢性腎臓病」はどんな病気ですどのような症状がありますか？

以前は「慢性腎不全」と呼ばれていた病気は、現在では「慢性腎臓病（CKD）」と呼ばれています。

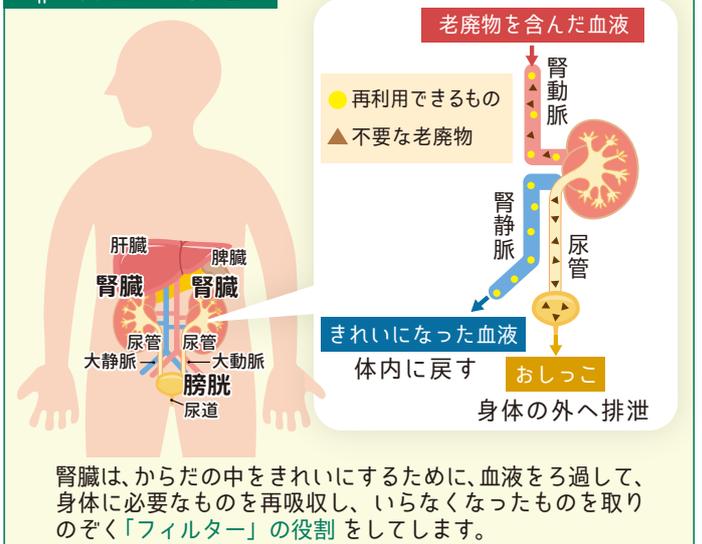
これは腎臓の働きが低下し（eGFR が 60 未満）、その状態が 3 か月以上続く場合に加え、尿にたんぱく（蛋白尿）が出る場合を指します。

最近の研究で、腎臓の働きの低下に加え、尿たんぱくが全身の病気や腎不全を悪化させる大きなリスクになることが明らかになり、腎臓の機能だけでなく尿たんぱくの有無も考慮する新しい病名「慢性腎臓病」が広く使われるようになりました。

慢性腎臓病は心血管疾患や腎不全につながるリスクが高いことが分かっており、日本では約 1330 万人、成人の 7～8 人に 1 人が患っているとされます。特に高齢者に多く、国民病ともいえる存在です。

腎臓は全身の「ゴミ処理場」のような働きを持ち、体内の老廃物を尿として排出します。

### 腎臓の役割



しかし、腎臓の機能が低下すると老廃物が体にたまり、細胞の働きが鈍ります。特に、消化管のように新陳代謝が活発な臓器ではその働きが滞りやすく、症状が早く現れるとされています。食欲不振や吐き気、筋肉のけいれんなどは、高度腎機能低下（尿毒症期）の症状とされ、消化管や骨格筋の細胞活動の低下が原因で現れてくる症状といえます。

## 早期発見のために、どのような検査や受診が必要ですか？

腎臓は肝臓と同様に「沈黙の臓器」と呼ばれ、症状が現れるのは病気がかなり進行してからです。代表的な症状として、全身のだるさ・食欲不振・尿の泡立ち・尿が少なくなる（乏尿）・むくみなどがありますが、これらが出ている場合は、相当腎臓病が進んでいる状態であることがほとんどです。ですので、受診の目安は症状が出たときでは残念ながらありません。すなわち、検診で異常を指摘された段階が一番の確かな受診の目安です。

たんぱく尿が慢性腎臓病の概念に含まれる以前から、尿検査は小学校の健診にもある項目で、尿を提出するだけで済む検尿は、学童期でも体に負担なく行える、安全で安価な健診項目です。学童期には年1回必ず、成人後は尿検査に血液検査を加えた健診を定期的に受け、異常を指摘された際は必ず専門医療機関の受診を強くおすすめします。



## 主な検査や治療について教えてください

当科では、腎臓病の診断に必要な血液検査や尿検査に加え、腎生検を積極的に行っています。腎生検は、腎臓の組織を直接調べ病気の原因を特定する検査です。一般的には、腎生検を行うか迷う症例でも、実施可能と判断される場合や、患者さんが若く将来的に腎移植を検討する可能性がある場合には、腎生検をおすすめしています。この検査によって病気の原因を明確にすることで、患者さんと医師が「戦うべき相手」を正確に把握し、より効果的な治療方針を立てられると考えています。

また、腎生検以外にもCTやMRI、分腎機能を評価するシンチ検査を積極的に行っています。このシンチ検査では両方の腎臓を個別に測定し、それぞれの機能を詳しく調べることができます。

治療においては、腎生検で診断された腎疾患に対して、生物学的製剤を用いた最新の腎炎治療を行っています。さらに、透析療法全般や血漿交換といった急性（特殊）血液浄化療法にも対応し、患者さん一人ひとりに最適な医療を提供しています。

## 当院の腎臓内科の強みを教えてください

腎生検症例数の多さを一番のアピールポイントに挙げております。腎生検件数が多ければ、おのずと腎炎などに対する治療実績もついてくると考えているためです。もちろん、透析療法を駆使できる強みも磨いていながら、一番はやはり腎臓内科医たるものどこまでも腎死（慢性維持透析導入）を防ぐことに注力しています。

## TMG あさか医療センターを知り、着任されるまでの経緯を教えてください

初期研修医修了後、20年間東京女子医科大学腎臓内科に所属しておりました。医局員時代の数年間、医局長を拝命しておりました関係でTMGを知りました。その際に錚々たる他の女子医大診療科医局（外科・脳外科・眼科他）の先生方が当院に派遣されていることを知ったことがきっかけです。

自分の専門性を活かし、この朝霞地区の腎臓内科診療の充実に貢献したいと考え、着任を決意いたしました。

## 医師として心掛けていることは何ですか？

毎日毎日自分の力の全てを出し切ることです。結果は出ない時があっても、後悔のないように自分の力を出し切れることを心掛けています。

## 医師としてやりがいを感じるのはどんな時ですか？

患者さんの病状が自分の予測どおりに良くなっていくとき、医師としての大きなやりがいを感じます。

## 新設された診療科として意気込みをお願いします

昨年度より人員を含め診療体制をさらに強化し、腎臓内科をスタートしました。腎生検年間50件、新規慢性維持透析導入患者数年間50件、急性血液浄化療法（特殊浄化を含む）年間50件を目標に掲げています。

この朝霞地区を中心に、埼玉県内はもちろん、全国からも頼られる腎臓病治療の拠点を作ることを目標に、腎疾患治療に関わる体制を整備・強化し、より良い医療を提供していきたいと考えています。

## 唐澤医師からメッセージ

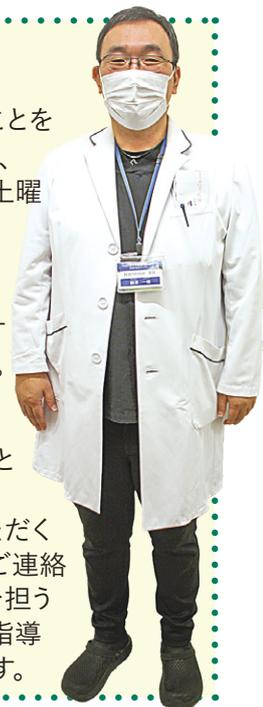
### ◆患者さんへ

腎臓病について全般的に診療できることを自負しております。検診での異常指摘他、気になることがございましたら、月曜～土曜毎日診療可能ですので、一度相談しにいらしていただくと幸いです。

また腎臓病教室も開講しています。興味のある方はどなたでも参加可能ですので、いらしていただければと思います。

### ◆地域の先生方へ

朝霞地区に「腎臓病治療の拠点を」との意気込みで着任いたしました。月曜～土曜までいつでも診療させていただく体制をとっております。どうぞお気軽にご連絡いただけますと幸いです。地域の医療を担う一員として頑張りますので、今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



支える人たち  
部署紹介リレー 05

# 薬剤部

薬剤師40名、調剤補助員4名で  
患者さんを薬の面からサポート!

私たちは、患者さんのもとで治療効果や副作用を確認し、  
必要な薬を医師に提案できる**病院薬剤師**としての強みがあります!



薬を正しく届ける「調剤」と安心してお飲みいただくための「指導」を中心に業務を行っています。  
お薬について不安や疑問などがあれば、私たち薬剤師にどうぞお気軽にご相談下さい!



### 入院前の薬歴確認

- 手術や検査前に使用中のお薬やサプリメント・アレルギーについて伺います。
- アレルギーや副作用がでたお薬があればお伝えください。
- お薬手帳をご持参いただくことで、薬の情報を把握でき、より安全でスムーズに治療にあたることができます。

お薬手帳を  
お持ちください!



### 薬の調剤と鑑査

- 医師の処方を確認し、複数の薬剤師でチェックしています。薬剤師として処方内容に疑問点があれば医師に問い合わせし、薬の変更や提案を行っています。
- 錠剤が飲みにくい場合、粉砕や溶かして飲める形に対応するなど、患者さんの状態に合わせた工夫をしています。



### 抗がん剤や高カロリー輸液(栄養輸液)の調製

- 院内の点滴抗がん剤は、「薬剤師」が調製しています。抗がん剤はがん細胞だけでなく、正常な細胞にも影響を与えるため、調製者を保護するアイソレーター(左写真)という設備内で、細心の注意を払って作業しています。
- 食事が摂れない方の「高カロリー輸液」は衛生的な無菌環境で調製を行います。



### 服薬説明と確認

- ベッド脇や外来で、薬の飲み方や副作用について説明します。
- 薬がきちんと服用できているか、服用後の薬の効果・副作用・アレルギーの確認などを行います。
- 当院には外来がん治療専門薬剤師が在籍。専門的な知識を活かしサポートします。



### 手術室での薬剤管理

- 手術に使用する麻薬や麻酔薬は厳重な管理が必要なため、麻酔科医と薬剤師の双方で、使用した薬剤と薬液量の確認などを行います。



### その他 / 医薬品情報の提供

- 新薬や副作用情報などの情報収集や、患者さんや病院スタッフからの医薬品の問い合わせに対し、適切な情報提供を行っています。



### 薬剤師に相談できます!

- 錠剤が飲みづらい方には粉薬や簡易懸濁(ぬるま湯で溶かす方法)に変更できます。
- 薬が多くてお困りな場合、医師と相談し中止や減量が可能な薬を提案します。
- 入院中の薬の変更や一包化調剤の希望を、かかりつけ薬局に情報提供できます。(薬業連携)

飲んでいるお薬で、分からないことや不安なことがあれば、お気軽にご相談下さい。

# 今から始める! 糖尿病予防 エクササイズ

糖尿病は腎臓病や心疾患、視力障害など、さまざまな合併症を引き起こすリスクがあります。運動によって血糖コントロールを改善し、合併症のリスクを減らすことが健康を守る第一歩となります。運動により血糖のコントロールのしやすさ、インスリンの効きやすさ、脂質代謝の改善にも役立ちます。

▶ おすすめの「ストレッチ」「筋トレ」「有酸素運動」の3つをご紹介します!

監修 糖尿病リハビリテーションチーム

ココが  
伸びる!

## 1 ストレッチ Stretch



- 1 右腕を左肩に伸ばし、左腕で右腕を押さえます。
- 2 胸に押し付けるように力を込めましょう。

## 2 筋トレ Strength training



- 1 足を肩幅に開き、膝がつま先より前に出ないように腰を落とします。
- 2 前屈みにならないよう体をまっすぐに保ちましょう。

## 3 有酸素運動 Cardio exercise



- 少し息が弾む程度の速さで、20分間歩くだけでもOK!(20分くらいから糖が消費されます)  
※息を止めずに呼吸をしながら運動に取り組んでください。

### Point/

血糖が高くなる食後1時間がもっとも効果的。空腹時や朝一番の運動は避けましょう。週に3回くらい、合計で150分以上を推奨。痛みがあるときは無理をせず、自分のペースで取り組んでください。

TMG あさか医療センター 管理栄養士 監修

## あさか健康キッチン

減塩でもおいしい!

# 春野菜のドライカレー

### 香りとスパイスで健康応援!

市販のカレールーは塩分を多く含みますが、カレー粉やにんにく、生姜などの香辛料を使う事で減塩でもおいしく仕上がります。

#### 材料(2人分) ※写真は1人分です

- ご飯…………… 適量
- 豚ひき肉…………… 200g
- アスパラガス…………… 2本  
(季節により他の野菜に代用可)
- 玉ねぎ…………… 1/2個
- サラダ油…………… 小さじ1
- カレー粉…………… 大さじ1 (辛味が苦手な方は調節可)
- ケチャップ…………… 大さじ1
- 中濃ソース…………… 大さじ1
- 顆粒コンソメ…………… 小さじ1
- こしょう…………… 少々
- おろしにんにく…………… 小さじ1/2
- おろししょうが…………… 小さじ1/2
- 乾燥パセリ…………… 少々 (お好みで)



### 作り方

- 1 ご飯を炊いておく。
- 2 アスパラガスは根元の皮が固い部分をむき、一口大に切る。玉ねぎはみじん切りにする。
- 3 フライパンにサラダ油を入れて熱し、玉ねぎをしんなりするまで炒める。
- 4 豚ひき肉を加え、色が変わるまで炒める。
- 5 アスパラガス、Aを加え、アスパラガスのシャキッとした食感が残る程度まで約1分炒める。
- 6 皿にご飯をよそり、⑤をかける。お好みで乾燥パセリをふる。

### 栄養価(1人あたり: ご飯200gの場合)

エネルギー: 599 kcal たんぱく質: 24.8g 脂質: 20.4g 炭水化物: 87.9g  
食物繊維: 5.7g 食塩相当量: 1.6g (市販のカレールーを使用の場合 2.0~2.5g)



香辛料の他に酢やレモン汁などの酸味を利用するのも減塩のコツです。病院食でも活用しているテクニックなので、普段のお料理でも是非、取り入れてみてください!



# きら☆

## 病院で活躍中の と輝くあさかスターをご紹介します

感染症が流行する今、豊富な知識と経験、持ち前の明るい関西弁で院内外でも絶大な信頼を寄せられる「感染制御実践看護師 津村係長」に取り組みや感染管理について伺いました。

### Q1 看護師になろうと思った理由、また「感染制御実践看護師」を志した動機は何ですか？

10歳の時に入院中にお世話になった看護師さんの優しさがきっかけで、看護師を志しました。現場で臨床経験を積むなかで、医療安全や感染管理の重要性に気づき「感染制御実践看護師」の資格を取得しました。感染対策は「協働の基本」(=多様な主体の連携と協力を必要とする取り組み)であることが理解できた時、もっと多くの医療従事者に知ってもらいたいと強く思い今の活動に繋がっています。

### Q2 ご出身が関西とのことですが、関東圏の当院に入社を決めた理由は何ですか？

関東には多くの病院があり研修や学びの機会が豊富です。TMG あさか医療センターの感染管理者募集をきっかけに、当院での感染発生の監視・予防・対策、指導・教育などの横断的な取り組みに感銘を受け、ここで職員と一緒に活動したいと入職を決めました。

### Q3 感染制御実践看護師の仕事内容とやりがいを教えてください。

感染対策チーム (ICT) の一員として下記の業務を行っています。

- ① 院内感染の予防・管理 (手指衛生・手袋・ガウン・マスク)
- ② サーベイランス (感染の発生状況の調査・監視)
- ③ 職員への感染対策の啓発・教育

医療現場全体の感染防止意識を高めることが私の役割です。

院内見回りの際、改善策が実施されて効果を上げている場面や「感染対策の重要性が理解できた」「感染対策が良くなった」と職員から声をかけてもらえると、地道な活動が報われた思いがします。



### Q4 仕事を通して学んだこと、心に残るエピソードなどはありますか？

記憶に新しい出来事は、2020年2月にダイヤモンド・プリンセス号での検疫活動に携わったことです。2019年に感染制御実践看護師の資格取得後、新型コロナウイルス感染症が世界的に広がる中「検疫業務」の依頼を受けました。

当時、船内では感染症が急速に拡大。多くの乗客・乗員が隔離され、未知の感染症への不安や緊張の中、「いつになったら帰れるのか」という乗客の方々の切実な声を耳にする度、感染症がもたらす孤独や不安の深刻さを強く実感しました。

この経験は、感染症対策の最前線で働く責任の重さを肌で感じるものであり、パンデミックを直に体験するという、人生の中でも非常に貴重な経験となると同時に、感染症の予防の重要性を身をもって痛感した瞬間でした。

### Q5 今後の目標を教えてください。

感染対策はどんなに忙しい現場でも、慣れを理由におろそかにしてはいけない重要な取り組みです。標準予防策は、特定の専門職だけでなく、医療に携わる全ての人々が責任を持って実践すべきものです。そのため、「習慣化・継続・維持」を徹底し、一つひとつの行動に責任を持ち、取り組むことを今後も大切にしていきます。

また、私が感染対策を行う上で心がけていることとして「自分がされて嫌なことは絶対にしない」というシンプルな信念です。例えば、患者さんやご家族に不安を与えるような行動は避け、安心感を与えられる環境をつくることを意識しています。

これからもこれらの信念を軸に、一人ひとりが安心して医療を受けられる環境づくりに尽力していきます。



関西弁とプロの目線を切り込む！  
頼れる感染管理のエキスパート



TMG あさか医療センターではみなさまからのご意見やご要望を受け付ける「ご意見箱」を1階受付前に設置しております。お寄せ頂いたご意見についてご紹介いたします。

### みなさまからの声

1階女性トイレの鏡に飾ってあるバラの造花のほこりが気になりました。病院として見栄えよりも清潔さを大事にきちんと清掃してほしいです。

清掃が行き届かず、ご不快な思いをおかけしましたことをお詫び申し上げます。造花は撤去し、清掃業者と連携のうえ、不備のあった箇所を再度清掃いたしました。今後も清潔な環境を維持できるよう、こまめな点検と改善に努めてまいります。



### みなさまからの声

乳がん検診に一人で来院した際、大きな病院で受付方法が分からず不安でいたところをコンシェルジュの方が案内してくださりととても安心しました。

コンシェルジュへ温かいお言葉をかけていただき、誠にありがとうございます。院内も広く迷われることや不安になることがあると思いますので、今後も何かお困りの際は、お気軽にコンシェルジュにお声掛け頂ければと思います。



### みなさまからの声

入院治療を受けた者です。入院中の食事はご飯の量が少なく、おかずも味が薄かったように思います。もう少し食事が進むように改善してもらえませんか？

当院の食事は、日本人の食事摂取基準に基づき栄養計算し、塩分は疾病予防のため1日約7gに設定しております。平均摂取量(約10g)より控えめのため、味付けが薄く感じられる場合もございます。食べづらさや量の不足などがございましたら、看護師や管理栄養士にご相談ください。治療方針に応じて調整させていただくことも可能です。今後も患者様のご意見を参考に改善に努めてまいります。



みなさまからいただきました貴重なご意見をもとに、患者さまの立場にたった心温かい医療サービスの向上を心がけ、さらなる病院運営の改善に努めてまいります。皆様からのご意見・ご感想などを心からお待ちしております。

# 「2人主治医制」を推進しています

当院の医師と地域のかかりつけ医が連携し、患者さんの治療を共同で行う仕組みです。紹介状を通じて診療状況を共有し、継続的な医療を提供します。

## TMG あさか医療センター



高度かつ専門的な検査  
入院を要する治療・検査・手術  
病状が急変した時の救急医療

節目の治療を終え安定したら  
**かかりつけ医へ逆紹介**



## ご近所のかかりつけ医

風邪などの初期症状  
患者さんの診療と管理・慢性的な病気  
経過の観察・普段の診療

検査や専門的な治療が必要になったら  
**TMG あさか医療センターへ紹介**

## 医療機関のご紹介



①わこうキッズえきまえこどもクリニック



①わこうキッズえきまえこどもクリニック



②すこやかわこうおやこサポートクリニック

### 連携登録

## ① わこうキッズえきまえこどもクリニック

地域医療のパートナー

院長：勝又 大助 先生  
診療科目：小児科  
住所：〒351-0112 和光市丸山台1-10-1-4F  
電話番号：048-466-9816(予約制)  
診療：平日9:00～12:00 / 17:00～18:00  
休診：水曜午後・第2・第4土曜 / 日曜日・祝祭日



わこうキッズえきまえ  
こどもクリニック  
ホームページ

### お母さまの心強いサポーターとして

開業から30年、地域のかかりつけ小児科として小児医療の窓口を担ってまいりました。特別なケアが必要なお子さまについては、TMGあさか医療センター（旧・朝霞台中央総合病院）や埼玉病院と密接に連携し、専門的な診断や治療が必要な場合にも迅速かつ的確に対応できる体制を整え、安心して受診いただける医療体制の構築を目指しております。

### 連携登録

## ② すこやかわこうおやこサポートクリニック

地域医療のパートナー

院長：志村 哲祥 先生  
診療科目：小児科(小児科発達外来)  
住所：〒351-0106 和光市広沢1-5  
電話番号：090-7637-4533(完全予約制)  
診療：火曜9:00～12:00  
水曜9:00～12:00 / 14:30～17:30

### 早期サポートで赤ちゃんの未来を支えます

開業3年、市の乳幼児健診で特別なケアが必要な赤ちゃんを中心に、成長や発達の問題を早期発見し、迅速に解決する医療を目指しています。発育・運動発達・精神発達・頭蓋の変形・睡眠の問題など、お子さまに最適なケアを提供するため、専門医療機関と連携し安心できる医療をサポートします。

(予防接種・感染症患者は対象外です)

### 読者アンケート募集中

「かけはし」では、読者のみなさまの声を生かした広報誌づくりを行うためご意見・ご感想を募集しています。ご意見・ご感想は右側の二次元コードを読み取りいただき、アンケートフォームより送信してください。みなさまの「知りたい!」にお応えできるよう、また幅広い方々に愛読されるような広報誌を目指しております。次回は10月発行予定です。

所要時間は  
2分です!



読者アンケート  
はこちら

