

ふれあい

2011.10.25
No.181

発行：ふれあい編集委員会 〒220-0011 横浜市西区高島 2-6-32 善仁会グループ TEL:045(453)6772 ホームページアドレス <http://www.zenjinkai.or.jp/>



特集 私の宝物

●よくわかる透析の基礎知識
透析患者さんの循環器病⑥
一貧血一

特集

私の宝物



尊敬する方に頂いたもの、自分のために過ごす時間。
価値観は人それぞれですが、何かを大切に思う気持ちは
多くの方が持っていらっしゃると思います。
今回は皆さんの「宝物」についてお聞きしました。



絵を描く時間

横浜東口ヘルチェッククリニック
加藤 博行 さん

私の宝物は、絵を描くための時間です。大動物の獣医師として牧場から牧場へと駆け回り、早朝から深夜まで働いてきました。

絵の経験は有りません。絵は退職後、妻の協力を得て、母の介護をはじめてからです。母の枕元で話をしている時、「老健施設の窓から見える風景が好きだ。この風景を描いてほしい。手紙の挿し絵にしたいから」。窓から見ると、そこは「みなとみらい」が一望でき、ビルと朝夕の光が織りなす変化が美しいモチーフを作っていました。

それ以来、毎日スケッチブックを持参し、母の枕元で絵を描いて見せ、母のよろこぶ顔

を見るのが楽しく、母が亡くなるまで続けました。その後も絵を描き続け、水墨画教室へ通い勉強し、絵を描き続けていると、母がよるこんでいる様な気がしています。

透析は、今年2月からお世話になっていません。透析後は体調が良くなりました。透析中にも毎回スケッチブックを持ち込み絵を描いています。透析することで体調が回復し、絵を描くパワーが生まれます。これからも一年に1,000枚を目標に絵を描いていきたい。絵を描く時間が私の宝物です。



佐渡「相川音頭」





2本の万年筆

経堂駅前クリニック

中村 紀久江さん

透析を始めて2年近くになりました。クリニックの皆様の手厚い看護とやさしく御指導して下さる日々を感謝しながら毎日を過ごしております。

私の宝物は万年筆です。1本目は父の形見です。信州で新聞にたずさわっていて日々原稿用紙に書いていた万年筆です。

2本目は子供が通っていた松丘小学校の創立25周年の年、PTA活動をしていました。競馬会の社宅に住んでいて、そのとなりに作家の井上靖さんが居られました。朝夕あいさつする先生でしたが、記念に詩を書いていたきたいとお願いしたところ、心よく了承していただきました。とても素晴らしい詩が出来上がりました。

後日お礼にフリージアを持ってお宅に伺いました。先生は「ぼくはフリージアが大好きなんですよ」とおっしゃって下さり、2時間お話しして下さり、「特別だよ」とおっしゃって1本の黒の万年筆を下さいました。若い頃毎日新聞社にお勤めの頃、いつも使用していた



幸田文のご令嬢 青木玉様(左)と一緒に

万年筆だそうです。「私の父も新聞社をしていました」と申し上げたら「これも何かの縁ですね」と言って下さいました。

本が好きで井上先生のファンであった私にはとても素晴らしい宝物になりました。体は弱くなりましたが、他はいつも元気です。これからも明るくがんばって生きていきたいと思っています。



松丘小学校の
運動会でのあいさつ



青少年委員の時、
子供まつりのお手伝い



私の宝物

吉野町第一クリニック
宮山 豊仁 さん

私の宝物は、妻と犬のミッキーです。
透析に行く時と帰りをまっけていてくれます。
犬の顔を見るとホッとします。

もう一つの宝物は、クリニックの皆様が明るい事としんせつです。

もう一つの宝物は、料理をする事が好きなので包丁が宝物です。数多く持っています。



愛犬ミッキー(オス)



私の宝物

ヘルチェックレディース横浜クリニック
川上 卓志 さん

私にとっての一番の宝物は、洋服仕立業をしていた今は亡き父親が、私のためにつくってくれたスーツです。社会人になり25年以上になりますが、20年以上経過した今でも着用しています。この調子だと定年まで間違いなく着られそうです。まるで魔法でもかけられたように体型も殆ど変わっていないことも不思議なくらいです。(約10着)

もう一つの宝物は写真のオートバイです。転勤の際にどうしても手放すことができずに持ってきてしまい、現在は賃貸マンションのベランダに置いています。現在はベランダの改修作業のため室内に置いています。修理しなければエンジンは掛かりませんが、いつか修理してツーリングしてみたいです。





こころ 魂の宝物

八王子腎クリニック
村田 榮作 さん

宝物とひとくちに言っても物理的な物から精神的な物まで人それぞれ千差万別有るだろうと思います。自分は、自分なりに魂の宝物について述べさせて貰おうと思います。

日本の魂は、大和魂であろうと思います。
本居宣長の詩に

「敷島の ^{こころ}大和魂を 人とはば
朝日に匂ふ 山桜花」

と有るように質実剛健にしその生きざまは、凜として、散り際の潔さを詩ったものだろうと思います。

自分も若い頃は武士道に依り物事にあたろうと考えていましたが(自分の武士道とは、物事を成すにあたり見返りを期待せずに死ぬ覚悟をもって物事を成す)、実際は世俗にまみれ、思うように行動しなかった事が度々ありました。今回の東日本大震災の報道を見聞きし

て、警察官の人や消防署の人々が滅私奉公に依り幾多の生命を救ったと知り自分は同じ人間として、いや日本人としてその魂は、まさに宝物だと思います。

取りとめのない、愚痴を吐露しました。

敷島の
人とはば
朝日に匂ふ
山桜花



私の宝物

日野クリニック
田中 貴尉 さん

透析丸々15年、62歳の元気なおじさんです。当時これから透析を一生する事が信じられず落ち込んだ日々もありましたが時間が経つにつれ、毎日の仕事、日常生活が出来る様になりました。

当時野菜への大量農薬散布がTVで流れショックを受け、自分で何とかしようと始めたのが畑であり、私の宝物です。気力、体力の維持、ストレスの緩和と良い事づくめであるが、この畑は我儘気儘で、酸性になる事を嫌い、弱アルカリに保ち、肥料・水・太陽と要求が多く、種を蒔き苗を植えても条件が合わなければ知らん顔のあきれた奴だが、眺めていると少し考えろ、勉強しろと無言のアドバイスを畑より発して来ます。

こんな扱いづらい畑ですが上手に付き合えば自分に力を貸してくれる事は言うまでもなく、パートナーで処方で宝物です。





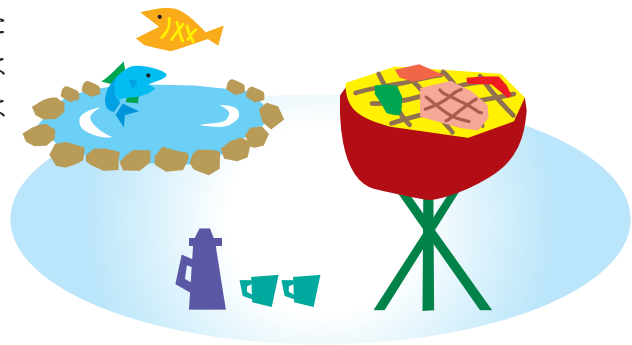
千葉の別天地

池尻大橋じんクリニック
仁 不善 さん

40代の初め、知人に勧められて千葉の山奥に土地を購入した。安月給の悲しさ、全額借金である。場所は鴨川有料道路の少し手前、前は千葉のチベットと言われた土地である。

私はそこに木を植えた。農業の真似事もやった。池を造って金魚やメダカを飼ったら、ヒキガエルが大量の卵を産んだ。母屋は大工に頼んだが、物置、孫部屋、暮部屋などは自分で造った。

若い頃は月に数回、何時も単独行だった。娘に子供ができた頃はバーベキュー、家族麻雀を楽しんだ。今は年に数回、バアさんと二人きり。ただぼんやり景色や植物を眺めることが多くなった。



私の宝物

横浜第一病院
工藤 真己 さん

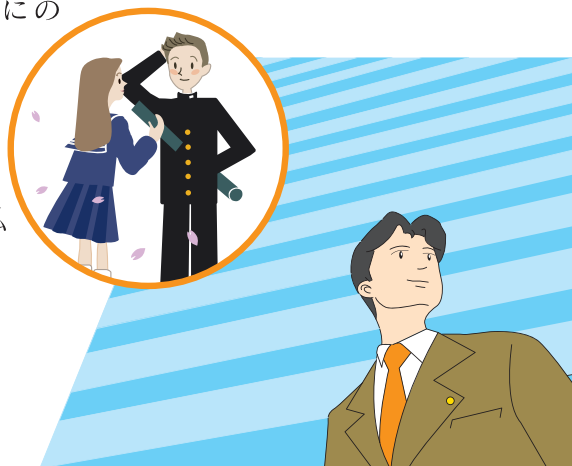
私は29年間、高校の教員を続けています。クラスの担任として、部活動の顧問として、そして授業の担当者として、多くの生徒と接してきました。今までに授業を担当した生徒は、およそ5,000人、さらにクラス担任として受け持った生徒は、のべでおよそ800人います。

成績のこと、生活面のこと、進路に関する事など、あらゆる面のことについて、いろいろな場面で話をし、また話を聴き、相談にのり、指導してきました。

高校時代は、多くの生徒にとってその後何十年間の人生を左右する、とても重要な時期です。自らの志望をしっかりと考えさせ、悔いのないものになるよう、私

の方もきちんと向き合うことを心がけています。

卒業生のクラス会などに呼ばれて行くこともあります。そんな時には、立派に社会の一員として活躍している姿を見、いろいろな思い出話を聞いて、改めて自分の仕事の役割の重さに気づかされます。そうしたかつての生徒一人ひとりが、私にとっての“宝物”だと思っています。



透析患者さんの循環器病⑥ 貧血

吉祥寺あさひ病院
院長 多川 斉

赤血球のヘモグロビンという色素が減少し、血液の赤い色が薄くなることを貧血と呼びます。皆さんがご承知のとおり、腎不全になると貧血が起こります。

貧血は、ヘモグロビン (Hb) の数値で表現します。正常基準値は、男性 13.5 以上、女性は 11.5 以上とされています。

透析患者さんでは、ヘマトクリット (Ht) という表現がよく用いられ、ヘマトという略語が一般的でした。しかし、現在の自動分析器による検査ではヘモグロビンが測定され、ヘマトクリットは計算によって求められるようになったため、ヘモグロビンによる表現が一般化しました。このコラムではヘモグロビンに統一しますが、ヘマトクリットに慣れている患者さんは、ヘマトクリット = ヘモグロビン × 3 という数式で変換してください。

1. 貧血の原因

腎不全による貧血を腎性貧血と呼びますが、その原因は、腎臓で作られる造血ホルモン(エリスロポエチン)産生が低下するためです。日本の宮家(みやけ)先生が分離精製したエリスロポエチンをもとに現在のエリスロポエチン製剤が開発されました。透析患者さんの貧血の主な原因はエリスロポエチンの産生低下ですが、そのほかにもいくつかの原因があります。

- 1) 血液の損失：透析回路の残血、胃腸からの大量出血など。
- 2) 鉄不足：ヘモグロビンの材料である鉄分の不足(鉄欠乏性貧血)。
- 3) 赤血球寿命の短縮：健康人では、赤血球は産生後約 120 日で破壊されるが、腎不全の患者さんでは破壊が早い。
- 4) 栄養障害

2. 貧血の症状と治療効果

貧血の症状はからだの酸素欠乏によって起こるものですから、症状はからだ全体に及びます。顔色が悪い、疲れやすい、だるい、めまい、立ちくらみ、動悸、息切れ、頭痛、肩こりなどの漠然とした症状が多いのですが、爪が割れやすい、爪がスプーン状に反る、舌がツルツルしたり、しみたりという局所的な症状もあります。しかし、腎性貧血のようにゆっくり進行する場合には、症状ははっきりしません。

貧血を治療すると、活動能力だけでなく、心機能も改善します。透析導入前の腎不全患者さんでは、腎機能を保護することも知られています。

3. 貧血の治療

1) エリスロポエチン

遺伝子組み換えヒトエリスロポエチン製剤(エポジン、エスポー)が1990年に発売されて以来、腎性貧血の治療は長足の進歩を遂げました。さらに、持続性の製剤が開発され、ネスプ(週1回注射)が2007年に、ミルセラ(月1回注射)が本年(2011年)発売され、治療の選択幅が広がりました。

エリスロポエチンによって急激にヘモグロビンを上昇させると高血圧を起こすことがあるため、2週間でヘモグロビン1以内の上昇が望ましいといわれています。

2) 鉄剤

鉄欠乏があると、エリスロポエチンの効果が減少します。しかし、鉄は両刃の剣で、鉄分が体内に過剰に蓄積すると、肝障害などの副作用が起こります。そこで、透析患者さんでは定期的に鉄欠乏をチェックし、必要に応じて鉄剤を補給します。血液透析患者さんでは透析回路からの注射が一般的です。

4. 治療開始の基準と目標

ヘモグロビン10以下になったら、エリスロポエチン治療を開始し、目標値は10～11となるようにエリスロポエチンを増減します。活動性の高い若い患者さんでは、11～12が推奨されています。

ヘモグロビンが12を超える場合、エリスロポエチンを減量または中止します。過剰な治療によってシャント閉塞や心筋梗塞の発症増加をきたす可能性があるためと指摘されているからです。

心のビタミン

おおくらやま腎クリニック
友野 義男 さん

89年、北里大学にて透析導入。近年の透析医療機器は、格別の進歩をとげ、患者は有難い限り。しかし、自己管理を等閑にする事は慎まなければと思いつつも、たのしみな食事、水分など誘惑の種は尽きないのも又現実。

クリニックは小規模ですが、患者が嬉しいのは、各々が時間指定の入室、待ち時間なしで着替えもなし、通院時の服装と靴のまま入室、そして穿刺。小規模なクリニック、諺に「山椒は小粒でもびりりと辛い」と有りますが、スタッフの知恵が凝縮されたそんな施設が「おおくらやまクリニック」。

私はダンスが大好きで、素敵な音楽を聴き、踊るとじじむささは吹き飛び、体もピンジャンとなる。踊り終わり汗をかく。いい汗は、心のビタミン!!



ラテン種目より「チャチャチャ」



Shall We Dance?



わくわくと笑顔と感謝が宝物 (坂本)

横浜第一病院バスキュラーアクセスセンター

バスキュラーアクセスに専門的かつ総合的に対応するセンターとして、最新の医療技術、設備のもと、迅速な診断、長期に安定したバスキュラーアクセスの作製、維持に取り組んでいます。



センター長 笹川 成

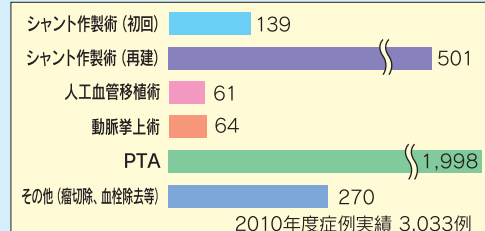


診療時間 午前9:00~15:30

休診日 日曜・年末年始

予約制 バスキュラーアクセス外来の診療は予約制となっております。ご来院前にお電話でお問い合わせください。(緊急を要する場合は別途ご相談ください。)

●横浜第一病院バスキュラーアクセス関連手術実績



専用電話 : 045-453-6709 FAX : 045-453-6701