

ふれあい

2012.7.25
No.185

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

こどものころの 夏の思い出

- よくわかる透析の基礎知識
糖尿病と腎不全②
—低血糖—

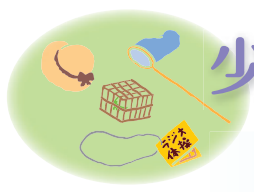




特集

こどものころの夏の思い出

大好きだった地域のお祭りや夏休み。こどものころの思い出は、いつまでたっても色あせることのない大切な宝物です。今回は夏にまつわる思い出についてお話をお聞きました。



少年時代の夏の思い出

新宿西口腎クリニック 登村 勝也さん

1936年5月に東京の下町浅草に生まれて少年時代を下町で過ごしました。実家の家業は紙問屋を営み、手広く営業を展開していました。兄弟は6人で小生は末っ子で常に兄姉の後を追いながら遊んでいた記憶があります。

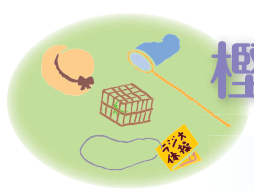
東京の下町の祭りで特に三社祭は特別で下町情緒一杯な粋で男前の祭りです。また、夜には夜店が出て、これを一店ずつ見て廻るのが当時は大きな楽しみでした。

江戸っ子は火事と祭りが大好きでどこへ

でも飛んでいきます。江戸っ子の気性は竹を割ったように真直ぐで、すぐに熱くなり正義感が強く直情径行の傾向があります。



そしてあくまでも夢は大きく、理想は高く、人間が好きで、とても社交的です。こんな性格が大好きです。海外で仕事をして役立ちました。



榎の木

吉祥寺クリニック 鈴木 明美さん

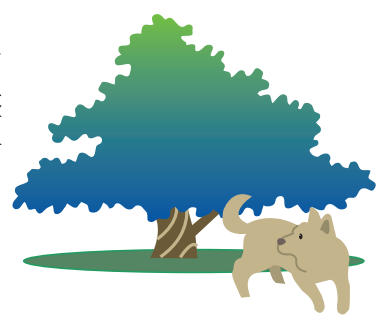
フッと立ち止まり目を閉じると目に浮かぶ榎の大木。私達3姉妹は夏休みと同時に父の車で母の生家へと向かう。樹齢300年の榎の大木を遠くに見付けると祖父母、シェパード犬ブサの待つ家に一刻も早く着きたく、父にスピードアップと言っては急かした。

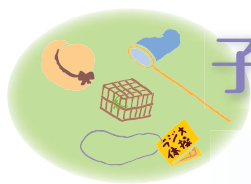
広大な屋敷で多種の花を栽培していた祖父は夕刻摘んだ花を翌早朝リヤカーに積み、市場へと向かう。私達はでこぼこ道を汗と砂まみれとなり、放し飼いのブサを連れそのリヤカーを押す。

市場で働く人達に褒められ私達は得意顔。空っぽのリヤカーに乗り込み帰路につく。祖父は日本昔話、伝説、三国志等を理解し易く語

り、百人一首を暗唱する私達に合わせブサは遠吠えする。そんなこの細やかな時間がとても心地良く感じられた。

祖父母はせせらぎで沢蟹や蛙を捕え、ブサと花畑を走る私達に目を細めていた。“人間一生勉強だぞ”が口癖だった祖父は祖母と晴天の霹靂の如く同日に他界。今では花畑の面影もなく、榎の大木だけが今昔を見続けている。祖父の孫で良かった。今もそう思う。





子供時代の夏の思い出

八王子腎クリニック 古川 昇さん

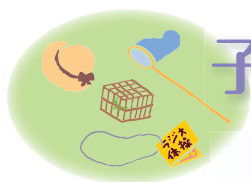
私は、東側に南アルプス、西側に中央アルプス、その間を流れる天竜川、そんな環境で子供の頃を過ごしました。遊びと言えば自然と共に遊ぶことばかりでした。天竜川での水泳、釣り、小川での山女の手掴み、山に入っただのカブト虫採り等、楽しかったことを思い出します。

天竜川には大きな淵(渦巻きのこと)があり、親から淵には河童が居るから行くなと言われていましたが、好奇心と冒険心が勝り、淵に入り泳いでいると、渦の中心部に到達した時、足を川底に引っ張られました。



危険をサッチし、とっさに川底及び川岸に向かって全力で泳ぎ、助かりました。危険な体験により、河童の正体と渦の川底は水流が弱いことが分かりました。子供の好奇心と冒険心は、危険とラッキーの表裏一体であることと、水の怖さ強さを思い知ることが出来た一面でした。

小川にいた「山女、螢、ゲンゴロー、みずすまし」は人工の手が加わったことにより、姿を消しましたが、私の脳裏には、豊かな自然の姿が今も鮮明に残っています。



子供時代の夏の思い出

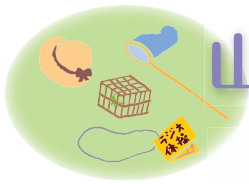
千歳烏山腎クリニック 小熊 均さん

私の父は、私が生まれて半年後に戦死した。日中戦争始めの盧溝橋で。以来母の手一つで先妻の残した兄とともに育てられた。資産家でもない(むしろ祖父が酒を飲んで身上つぶし、父が東京に出ていた)私の家はお母様の働きで支えられていた。そういうこともあって、私の小さいときの写真などない。ようやく見つけた1枚の写真がこれである。

当時母は市ヶ谷の陸軍司令部に勤めていた。これは私が4歳か5歳の頃、母の職場の人たちと大島に遊びに行ったときのものと思う。季節は秋にかかっていたかもしれない。

山登りはきつかった。そのことだけ覚えている。時々勤め先から貰って食べた当時には珍しい饅頭は旨かった。





山下公園にて

横浜クリニック **ケイさん**

写真は私が2歳未満と母に言われました。山下公園に両親はよく連れて通ったそうです。笑っている方の写真は、両親に遊んでもらっていた時間。これは覚えていません。座り込んだ写真は、その後、気がつくとう両親の姿が見えないのです。この件は、とてもよく覚えています。座り込み、周囲をゆっくりじっくりと見まわして……怖くて不安で泣きたくて、でも、どうしよう…どうしようと思いつながら泣いちゃダメ!と自分に言っているのです。とり乱さないように言いかさせたのが、年齢を考えるとびっくりです。

両親は木の陰から私がどうするか見ていたそうです。私の心はべっちゃんこ。親の心、子知らずと言いますが、子の心、親知らず。それからの私は、左右前後を確認して親を視界

に入れて歩くようになりました。これを書くにあたって久しぶりに子供の頃の写真を目にし、普段浮かばない記憶に触れてなつかしい時間を過ごしました。



自分の人生観

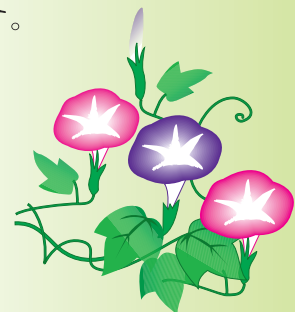
厚木クリニック **匿名希望さん**

人生の中でいろんな事が起きます。良い事、悪い事、病気、いろいろありますが、他力本願という言葉が有りますが、私に他力本願+自力を持ってと教えてくれた人がいます。他力本願だけだと論理、理屈。理想だけだと浅薄な人になってしまうとの事でした。

自分の人生に味覚を身につけなければならぬという事です。辛い、苦い、酸っぱい、その不味さの中から美味を見つける事が人生の応用力で、人生いつ何が起るか

解らないから応用力があると耐用できるから、それが実力との事でした。

それを主として生きて行こうと思いますが、出来てるかどうかは疑問です。でも、そう有りたいと思います。



糖尿病と腎不全② 低血糖

吉祥寺あさひ病院
院長 多川 斉

糖尿病で薬物療法(飲み薬やインスリン注射)を受けている場合、血糖が下がりすぎて一時的に「低血糖」を起こすことがあります。低血糖はめったに起こることではありませんが、どのような症状か、どのような状況で起こるか、どのように対処するかを理解し、準備しておくことが大切です。

低血糖は早めに気づいて対処すれば問題はありません。低血糖が不安だからと治療を中断したり食べ過ぎたりしては本末転倒です。

1)低血糖の引き金

糖尿病で薬物療法を受けている場合、食事を抜いたり、食欲がなくて食事を食べなかったり、激しい運動をしたりすると、薬が効きすぎて血糖が下がり過ぎます。また薬の量を間違えてたくさん飲んだり、インスリンを多く打ち過ぎたりした時も、低血糖になります。

2)低血糖の症状

血糖値が70mg/dl以下になると異常に空腹感を覚え、動悸、冷汗、震え、脱力感などの警告信号が出現します。脳のエネルギー源はほとんどブドウ糖のみですから、血糖値が50mg/dl以下に下がると脳の働きが低下し意識がもうろうとしてきます。

糖尿病でふだん高血糖状態にあると、これらの症状はもっと高い血糖値でも現れます。また血糖値の下がるスピードが速い時も、比較的高い血糖値で症状が現れることがあります。

3)低血糖の緊急対処

インスリンや経口糖尿病薬の作用は一時的ですから、ブドウ糖5~10gを飲めばかなり回復します。低血糖を起こした時、いつ、どこにいてもすぐ対処できるように、「ブドウ糖」を常時携帯しましょう。インスリン注射や経口糖尿病薬で治療中の方は、かかりつけの薬局からもらえます。ブドウ糖を携帯していない場合、砂糖10~20gでも代用できますが、効き目は遅くなります。「糖分を含む」缶ジュース・缶コーヒーでも構いません。低血糖かなと思う症状があったときには、軽い症状であっても、次回透析時にスタッフにお伝えください。

一般的には、血糖値が70mg/dl未満になると低血糖症状が現れますから、自分で血糖を測定(自己測定)している患者さんは、血糖測定をお勧めします。しかし、血糖値がこのレベルまで下がると簡易血糖測定器の精度が落ちて測定できなくなりますから、血糖値がいつもより低かったらすぐブドウ糖5~10gを飲んでください。

意識がなくなった場合にそなえて、家族や身近な人に低血糖について説明し、「すぐ病院へ救急車で連れて行くように、絶対に寝かせて放置しないように」と伝えておいて下さい。

4)低血糖の予防

低血糖は予防できます。食事を規則正しく摂る、食前の過激な運動は避けるなどの注意が大切です。またインスリン注射は正しい手技を身につけてください。食欲がなくて食事が食べられない場合、インスリンや経口糖尿病薬を減量するかどうか、前もって主治医と相談しておいてください。

低血糖が起こっても、空腹感や動悸、震えなどの警告症状を欠くために適切な対処がとれず、さらに血糖値が低下していきなり意識障害を起こすことがあります(無自覚低血糖)。血糖を自分で測定(自己測定)している患者さんは、血糖が下がっていても早めに医師に申告し、症状がなくても早めに対応するのが安全です。

♪ 移転をして ♪

横浜東口腎クリニック 定年退職後の温泉王子さん

私は、通院開始して8年になろうとしています。5月8日より現在地に移転した事より気が付いた事を書いてみます。

第一に、移転とともにスタッフが変わらずに不安要素が少なく心強く感じられました。

第二に、透析室が白く明るい安心と快適な時間が約束される気持です。スタッフ一同も明るく、より美しく見えます。

第三に、使用する機械類は最新式で統一され医療事故の心配は無いと思えます。

最後に透析室のレイアウトについて、最奥

にナースステーションが置かれ、E型に機械が配置され待合室より一直線で3列が見てとれます。

同時透析は40名可能ですがスタッフの移動が大変かなと感じています。

追伸

スタッフ一同において、美しい人はより美しく、そうでない人はそれなりに美しく、癒しの空間として末永く活動出来ますよう祈って報告とさせて頂きました。



News Topics

第4期「エキスパートCE」が誕生！

透析医療に関する優れた技術と知識、そして患者さまへの「思いやり行動」を備えた臨床工学技士を認定する「エキスパートCE」制度。その第4期生として、5名のCEが認定されました。これからも皆さまに信頼されるプロフェッショナルとして頑張りますので、どうぞよろしくお願いたします。



目を細む 入道雲と 夏帽子 (名塚)

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

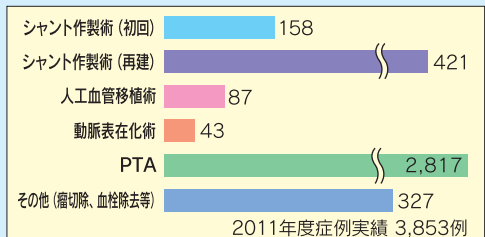


診療時間 午前9:00～15:30

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