

# ふれあい

2014.10.25

No.196

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 [www.zenjinkai.or.jp](http://www.zenjinkai.or.jp)



特集

## こんなことができます

私の自慢

善仁会グループの災害への取り組みと患者さまへのお願い

●よくわかる透析の基礎知識

オンラインHDF①

— オンラインHDFの基礎 —



心のかよう医療・福祉を患者さま、お客さまへ  
善仁会グループ



# こんなことができます

私の自慢

読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋。趣味が高じて身についた特技は、生きがいや楽しい思い出となって皆さんとともにあることでしょう。今回は皆さんの様々な特技や若いころの思い出話をご紹介します。



## 透析生活をエンジョイ

多摩向ヶ丘腎クリニック 及川 勝夫さん

昨年の1月中旬、3月からの入院を控え2泊3日で知人夫妻と雪の万座温泉へ。これで暫くは温泉巡りも出来なくなると思うと憂鬱な気持ちになり、絵手紙も遅々として進まなくなった。

クリニックに通い始めて早や1年数ヶ月、最近では精神的、身体的にも慣れてきた。透析後は疲れていても庭の手入れをする等、出来るだけ体を動かす様にしている。

4時間の透析も院内の静かな環境のなか、本を読んでいると時間の経つのも早く感じる。普段の日は書店や生田緑地にてスケッチ、帰宅後は絵手紙の制作、専ら季節の草花や果物を

を描いている。家内がクリスチャンであることからここ数年は、聖句を書き添えている。

楽しみにしていた温泉巡りも1泊2日ではあるが、途中の風景や草花を描きながら、また旅先でも食事に気を付けて地産の品々を味わい、透析しながらも生活をエンジョイしている。



## 読書に魅せられて

ヘルチェックレディース横浜クリニック 匿名希望さん

私は今、山本有三作「路傍の石」を読んでいる。主人公、吾一がいろいろな苦難にもめげず逞しく生きていく姿に感動しながら、自分の生き様とオーバーラップするようで、読書は映像とは違って、読み進めるにつれ想像の世界へ連れて行ってくれ、楽しみを感じるようになってきた。

私はもともと、読書嫌いな方ではなかったが、子育てや家事、それに勤めを持っていたので、精々、新聞の小見出しに目を通すくらいの日々であった。

ある時、私の退職を機に、息子に「脳トレの

ために本でも読んだら」と言われ、我が家の本棚から文学全集を取り出し読み始めたのがきっかけになった。そして、1日1時間読書を計画し今も続けている。最近では、透析時にも読める余裕が出てきたし、家では、読書の他に、新聞等も詳しく読むようになり社会問題にも関心を向けるようになった。

これからは、読書のジャンルを広げ楽しい日々を送りたいと思っている。





## 電気が道づれ

新横浜第一クリニック **池田 稔さん**

今までの各時期に種々の形で電気と接し、平凡で拙い経験を積んできました。

電気との出会いは、小学校の時に鉄道模型で遊んだのが初めてで、次が鉱石ラジオを組み、学生の時、5球ラジオを組立てました。

学校を終え、電気設備運転保守に従事しましたが短期間で辞め、他の職種に転じました。

定年後、アマチュア無線免許を取り、区役所の地域防災訓練に参加して、地域貢献をしています。自宅には無線局を設置しています。

現住居に入居直後、契約電力の変更を資格

を使い東電に申請し、自分で工事をしました。

最近では、屋外照明の自動点滅器や古くなった照明器具の省エネ化等の取替をしました。

パソコンはEメールの受発信で欠かせません。各団体の情報はメールで受信しています。

以上の共通点は、興味を持って取り組み、また資格の制約範囲内で行ったものです。



## 「天城越え」の思い出

高尾駅前クリニック **中田 隆郎さん**

高尾駅前クリニックにお世話になって早や10年近く、素晴らしいスタッフの皆さんのお蔭で80歳になります。私には2女1男の子供と孫6人、バーニーズ系の大型犬がいます。

各人個性豊かで素直に育てているのが老夫婦にとっての楽しみです。若者のメカには戸惑いも感じながらうれしいです。

現役時代、会社の仲間と名古屋から伊豆方面にドライブ旅行をした時です。土砂降りの中を必死で天城峠を走りぬけ下り坂に差ししかかった時、対向車を発見。前方には1台の車が路肩に落ちて立往生している若夫婦が見えました。仲間の一人と車から降りて降りしきる雨の中をジャッキで持ち上げ、ワイヤーで引いて道路に戻しました。

すでに周りは暗くなり、これ以上先へ進む事は危険と判断し、迂回するよう忠告しました。翌朝ラジオで昨日の様子が放送され、たまたま聞いていた妻から「お父さんたちの武勇伝がニュースに流れた」と言われ一躍「時

の人」となりました。今でも「天城越え」を聞くと当時の事が鮮明に思い出されます。

私も最近では思う様に身体が自由にならず、妻や子供達に支えてもらい過ごしています。皆さんに感謝です!!





## 能面に魅せられて

緑園都市クリニック 高木 繁夫さん

私が人工透析に入ったのは、平成25年11月であるから、約11ヶ月経ったことになる。その事によって変化したのは、かつて趣味としていた能面彫刻・書道・篆刻・南画等への意欲の減退と共に全くストップしてしまった事である。そのうち意欲が湧けば復活するかもしれないが、現在のところ未だしの感がある。

能面彫刻について話をしたい。能面彫刻を始めたのは平成15年7月であるから、足掛け11年になる。その間彫刻した能狂言面は23面に達した。能面彫刻への切っ掛けは能舞台に於ける能面の微妙な所作に魅せられたのであった。

現在所持している面は、専門家が使用する由緒ある面(表)には足許にも及ばないが、3面紹介したい。



●小面

(こおもて)

女面の中でも代表的な若い面である。

●十六中將

(じゅうろくちゅうじょう)

平敦盛を写した面で若い公達の面である。

●白式尉

(はくしきじょう)【翁】

神に変身する祝面である。



## 奇人・変人

成城じんクリニック どこへいくおさん

学生時代の話です。土居まさると児島美ゆきがMCのTVジョッキーという日テレ日曜日昼の番組で、今でいうバラエティでした。その中に視聴者参加の「奇人・変人・大集合」というコーナーがありました。ご記憶の方も多と思います。面白いといえば面白い、くだらないといえば実にくだらない内容でしたが、毎週かかさずに見ていました。賞品のフォークギターとエドウィンのジーンズが人気でした。

前歯だけで果物ナイフより早くリンゴの皮をむく人、母乳を出す男の人、牛乳を目から出す人、おならで吹矢を飛ばす人、ドレミの歌を奏でる人、おならを燃やす人、爆発させる人、耳で笛を吹く人、シャボン玉をする人、逆立ちしてラーメンを食べる人、歯でピンの栓を抜く人、手の平でピンの底を抜く人、逆さ言葉で会話する人。

ある日、口の中でタバコの火を消す人がいて、何でもすぐやってみたくなる私……。この程度ならばと即実験……。あっさりとできてしまいました。彼よりもスピーディでクオリティも高く…。また、ある日は電球のまるかじりというものでしたが、それも私の方が1枚上のパフォーマンスでした。彼は単に電球を食べていただけでしたが、私には食感と、それぞれの味の違いが明確に分かり電球のメーカー名をも、当てることができました。私的には、日立の電球が軽く塩味がきいていて、うす焼せんべいの様で美味かったです。東芝の電球はにがく、松下の電球は粉っぽい味です。

これって自慢ですかね。奇人変人の真似ってことは、私も奇人変人ってことのかな……。学生時代の話でした。





## 歌うは楽し

特技と言えるほどのものではないが、定年後に地元の歌う会に入会し、年2~3回舞台上で歌ったり、養護施設の慰問に行ったり、市民の皆さんとの歌う会の企画運営等をしています。

歌との関わりは、役員をしていた研究会で講演会講師をお願いに伺った日野原重明氏から「80歳過ぎてコーラスを始めた」とお聞きしたのがきっかけでした。歌なら簡単と思ったらこれが存外難しく、すっかりハマってしまいました。

マイクを持ち舞台へ。一礼して顔を上げると正面からスポットライト、客席は一瞬で暗転して何も見えない。前奏が流れ自分で組立てた曲のイメージに浸る。歌い終わると拍手をいただく。歌う前の緊張感と終わった後の解放感、その落差が心地良い。

「良い歌をありがとう」聴いていた方の中で、お一人でもそう言って下さる方がいれば、

### 国分寺南口クリニック 柴田 守夫さん

次の舞台への意欲が湧く。72歳にして病を得た私ですが、せめてあと数年、80歳になるまでは「歌う透析患者」でありたいと思う。



## 平戸FCと共に (少年サッカー審判員として)

自分は若い頃、今の団地で少年サッカーのコーチを10年位やっておりました。少年サッカーは、SL小学1・2年生、LL3・4年生、Lは5・6年生で自分はSLクラスのコーチングをしておりました。また各クラスで試合時間も違って、SLは10分ハーフの20分でLLは15分ハーフの30分、Lは20分ハーフの40分で行います。

平戸FCの人員は各クラス合計80名ほどになります。8月の3泊4日の合宿はキャンプファイヤーなど子供たちも楽しみにしておりましたが、練習は1日8時間と大変きびし

### 東戸塚第一クリニック 渡辺 正己さん

いものでした。それでも合宿後の子供たちの成長は大きなものでした。その後の試合は大変楽しみです。審判員として、大変目を細めたものでした。





## 善仁会グループの災害への取り組みと 患者さまへのお願い

災害対策推進委員会



### はじめに

東日本大震災以降、大規模な災害の発生に関する報道は注目を集めています。災害を避けることは不可能ですが、災害に備えることにより被害を最小限に抑えることは可能です。

災害対策推進委員会では主に地震による大規模災害に備え、対策の検討・推進を行っています。

### 善仁会グループ各施設での取り組み

各施設では、様々な事態を想定し、避難訓練をはじめとする防災訓練を年2回必ず実施しております。特に避難経路や避難場所について正しく把握しておけば、被災時にも落ち着いて行動できるようになります。ご不明点などございましたら、ぜひスタッフまでお問い合わせください。

東日本大震災の際、首都圏では帰宅困難者の問題が大きく取り上げられました。交通状況などによりご帰宅が困難となった場合に備え、各施設に非常食と水を、また物流のトラブルに備え透析に必要な診療材料などを常備しております。

大規模災害時には固定電話・携帯電話ともに通信が困難になります。グループ内での通信連絡手段としてMCA無線機を導入しています。MCA無線は利用者が特定されており、通信が混みあうことが少なく、災害に強いとされています。無線機の操作訓練や本部への状況報告訓練を定期的に行い、非常時の連携に備えています。

地震発生時は揺れによる家具類の転倒も考えられます。転倒を防ぐため、施設では棚や下駄箱等の家具固定を行っています。転倒した家具による怪我や、避難路が塞がれてしまう事態を避け、命を守るための最低限の備えとして実施いたしました。

### 災害が発生したら

施設にいる時に地震が発生した場合には、慌てずスタッフの指示に従ってください。しかし、いつどこで被災するかはわかりません。日頃の心構えについては、皆さまへお配りしている『災害手帳』を御覧ください。

施設にいない時に被災した患者さまへ施設状況をお知らせする手段としては、災害用伝言ダイヤルを利用いたします。スタッフより伝言ダイヤル体験利用のご案内があった際には、ぜひお試しく下さい。

### 最後に

東日本大震災の際には、計画停電による透析時間の変更や燃料不足による送迎困難など、ご迷惑、ご心配をおかけいたしました。今後とも災害発生時の透析治療継続に備え万全を期してまいります。災害規模によっては我々の力だけでは対応が難しくなる状況も考えられます。

『災害手帳』を常時お持ち頂くとともに、日頃よりご家庭におかれましても、家具の固定、非常持出袋の用意、ご家族との連絡方法を決めておくなど、ご自身の身を守るために災害への備えを心がけていただきますようお願いいたします。



# よくわかる透析の基礎知識

## オンラインHDF① - オンラインHDFの基礎 -

吉祥寺あさひ病院  
院長 多川 齊

オンラインHDFとは、血液浄化療法の一種です。1990年代から一部の施設で採用されてきましたが、2012年の診療報酬改定で正式に健康保険に適用されてからこの1~2年で急速に増えてきました。善仁会グループでも、2014年9月現在で522名の患者さんがオンラインHDFによる治療を受けておられます。

### 1. HD(血液透析)とHDF(血液透析濾過)

#### 1) HD(血液透析)

透析と呼ばれている治療法の主流です。1968年に健康保険が適用されてからでもすでに46年の歴史があります。血液をダイアライザに通して透析液と接すると、尿素窒素やクレアチニンなどが透析膜にあいているごく小さい穴を通して透析液にしみ出てきます。この性質を利用して体内に蓄積した尿毒症物質(尿毒素)を除去し、あわせて半強制的に除水します。しかし、尿毒素には、尿素窒素やクレアチニンだけではなく、分子量がもっと大きい物質も含まれることが明らかになり、透析膜の穴を大きくして分子量が大きい物質も除去できる高性能の透析膜が開発されてきました(穴といっても、血液中の重要な成分である赤血球や蛋白質などが抜けることができないサイズですが)。

#### 2) HDF(血液透析濾過)

大量の水分を容易に濾過できる膜を使って体液の一部を廃棄し、同時に大量の補充液を体内に注入する、いわば古い体液を新しい体液に置き換える方式です。自動化された機器によって水分バランスを計測し、体液の過不足がないように監視します。

①オフラインHDF：点滴注射のように吊り下げたボトルから補充液を注入します。たくさんのボトルを準備しなければなりませんから、交換する体液量はたかだか10L前後です。

②オンラインHDF：大量の体液(25~50L)を除去し、その代わりほぼ等量の透析液を体内に注入して体液を補充します。

HDFは、透析膜の進歩、水分バランスを精密に管理できる透析機器の発達などの技術革新から生まれました。とくに、大量の補充液を使用できるオンラインHDFのほうが目的にかなっています。オンラインHDFでは、大きな分子量の尿毒素が血中から透析液へ抜ける代わりに、透析液から不純物質や細菌が血中に混入するおそれがあるため、透析液を注射液並みにきれいにする清浄化の技術が採用されています。

オンラインHDFの補充液は、血液が濾過器に入る前に注入する方法(前希釈)と、濾過器で水分を濾過した後に注入する方法(後希釈)があります。それぞれ特徴があり優劣をつけがたいのですが、わが国のオンラインHDFでは前者、欧米では後者が一般的です。

### 2. HDFは、分子量が大きい尿毒素も効率よく除去する

HDFは、分子量が大きい尿毒素を効率よく除去することができます。しかし、尿素窒素やクレアチニンのように分子量が小さい尿毒素を除去する効率はHDより劣るため、HDを併用して、分子量が小さい物質から大きい物質まで広範囲の物質を取り除くことができるように工夫されています。濾過と透析という原理を併用することから、HDF(血液透析濾過)と名づけられています。

かつて、HDFは、 $\beta 2$ ミクログロブリン( $\beta 2$ MG)というアミロイドの原因物質を除去する効率が高く、血中 $\beta 2$ MG濃度30mg/L以下という暫定的な目標値を達成しやすいため、アミロイドーシスの予防と治療を主目的として使われました。しかし、その後透析膜の進歩によってHDとHDFの差が小さくなったため、HDFはさらに分子量が大きい蛋白質の一種であるアルブミンと同じサイズの尿毒素まで取り除くことを目指して発展してきました。(つづく)

## 患者さまインタビュー



新横浜第一クリニック  
牧野 幸子 さま

— 牧野さんは現在、大学で古典ギリシャ語の勉強をしていらっしゃると伺いました

学生時代、キリスト教系の大学に通っていましたが、「いつか聖書を原典で読んでみたい」と思っていました。その思いは卒業後も抱いていたのですが、子育てなどでなかなか時間が作れなくて…。年齢的なこともありましたし、これから勉強を始めても、と躊躇していました。

— では、勉強を始めたのはどんなきっかけがあったのでしょうか？

直接のきっかけは、透析導入になったことです。先生から透析導入を告げられたとき「私の人生はここで終わるのかもしれない」と、くじけそうになりました。でも一方で、急に欲が出たみたいですよ(笑)。まだまだ出来ることがあるだろう、って。そして「聖書を原典で読みたい」という夢を思い出しました。私はこれからずっと、一日おきに透析を受けなくちゃいけない。でも「自分の一生を一日おきの透析だけで終わらせたくない」と思っ

たんです。そしていまの生活サイクルの中で、最大限のことをやってみよう。現代の聖書は長い年月を経るうちに様々な解釈が加わっています。そうではなくて、キリスト教誕生当時の原典を、誰かの翻訳ではなく自分の解釈で読み解き理解したい。そのために聴講生として大学に通い、古代ギリシャ語と聖書学を学んでいます。

— 勉強以外でも充実していらっしゃるようです。

週2回の大学の他に、新横浜にある障害者向けの施設※のプールに通っています。体力の現状維持が目的ですが、小さなお子さんから年上の方まで色々な方が通っていらっしゃっていて、新しい友人もできました。

施設には工房や料理をするところもありますし、障害を持った方々がバスケットや卓球をしている様子を見ると、私もうんざりそうと励みになります(笑)

— これからも楽しみがたくさんありそうですね。

聖書学を学んでいて思うのですが、長年疑問に思っていたことをひとつひとつ勉強し、答えが見つかるのは喜びがあります。それと新しいことを始めるとき、体力や能力の不安からためらうこともあります。前向きな気持ちを持つことが何よりではないでしょうか。

— 本当にそうですね。今回は貴重なお話をお聞かせいただき、ありがとうございました！

※障害者スポーツ文化センター「横浜ラポール」  
TEL : 045-475-2001 横浜市港北区鳥山町1752



晴れ晴れと 空も笑顔も 初運動会 (野崎)

## 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 筈川 成

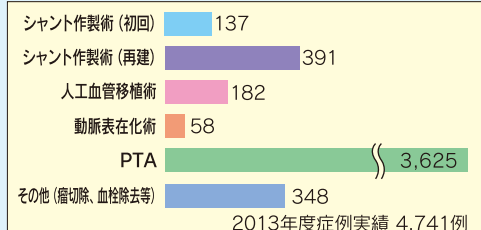


診療時間 午前9:00～15:30

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