

ふ・れあひ

2021
冬号

Human♥Communication

Vol.39

人と心に響き合う
清恵会グループ広報誌

FREE

ご自由にお持ちください



特集 慢性腎臓病と人工透析

大丈夫ですか？ あなたの腎臓^{しんぞう}

こころ・カラダ・暮らし

マスクを使い分けましょう

 社会医療法人 清恵会

特集

慢性腎臓病と人工透析

大丈夫ですか？ あなたの腎臓

慢性腎臓病（CKD）は、新たな国民病と呼ばれています。にもかかわらず、多くの人が、自分が慢性腎臓病であることに気づいていません。なぜなら、慢性腎臓病はほとんど自覚症状がないまま、ゆっくりと進んでいくからです。ステージ5まで進行すると、人工透析が必要になります。——。そうならないためには？。 そうなったときには？。 今回は、腎臓にまつわるお話です。

肝腎要の腎臓です

「肝心要」と言ってしまう。それは「肝腎要」とも書きます。「かんじん」に「かなめ」を重ねて強調した、極めて大切、非常に重要といった意味の言葉です。その語源は文字通り、肝臓と心臓および腎臓が人体に必要な不可欠なものであることから、こう表現されるようになったそうです。

腎臓は、物言わぬ臓器と呼ばれる一つでもあります。具合が悪くても沈黙を守り、肝腎なきに不調を訴えてくれません。自覚症状のないまま、ゆっくりと静かに病状が悪化して、気づいたときにはもう後戻りできない状態に陥っている、ということが起こり得ます。残念ながら、ある程度まで低下した腎臓の機能が回復することとはなく、後戻りできないとなれば、透析か移植か、どちらかへ進むほか道はないのです。そこに至らないために、自分の腎臓は大丈夫かどうか、一度チェックしてみてください。



おしっこをつくっています

腎臓は、背中の腰の上辺りに左右2個あります。ソラマメのような形をしていて、こぶし大くらいの大きさ、2個合わせて300グラム程度の重さです。その小さな臓器に1分間で約1リットルの血液が流れ込んでいます。これは、心臓が1回の拍動で送り出す血液の約4分の1という量で、1日に換算すると約1・5トンに及ぶといわれています。なぜ、そんなに多くの血液を必要とするのでしょうか。答えは「おしっこ」をつくるためです。1個の腎臓の中にはネフロン（糸球体と尿管）と呼ばれるろ過装置が約100万個も備わっていて、送られてくる血液をろ過しています。その働きにより、体に必要なものは尿管で再吸収され、老廃物などは尿として排泄されます。

不調のサインが出ていませんか

調子が悪くなったり、機能が低下し始めても自覚症状に乏しい腎臓ですが、何らかの不調の兆しというのは間々あるもの。そのサインを見逃さないようにすることが大切です。左記の例が直ちに腎機能の低下によるものとは限りませんが、他の病気が隠れている場合もあります。気になるときは、すぐに腎臓内科か泌尿器科を受診してください。

●尿の色（タンパク尿や血尿）

尿の色が濁っている。泡立ちが激しい。それはタンパク尿かもしれない。腎臓のろ過機能が低下すると、通常は出ないはずのタンパク質が尿に漏れ出ることがあります。また、赤血球が尿に混じることもあり。そうすると赤っぽい尿や、はつきりとわかる血尿が出ます。

●だるさ

心身のだるさや疲れやすさは、腎不全（腎機能不全）によく見られる症状の一つです。腎不全が進行すると、だるさ、吐き気、食欲不振、頭痛など、さまざまな症状が表れます。

●尿の量や回数

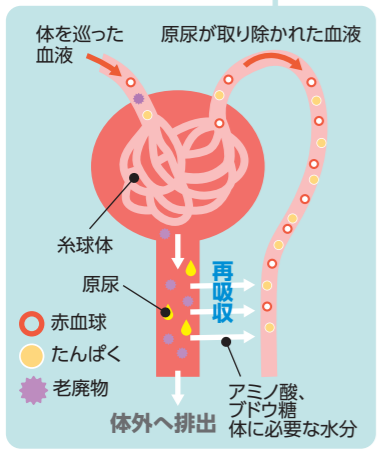
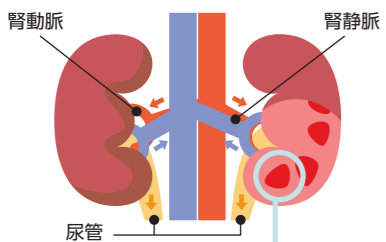
腎臓が不調になると、尿を濃縮する力が弱まって多尿（普通は1日1〜1・5リットル）となり、夜間頻尿になったりします。さらに機能の低下が進むと、今度は逆に尿の量が少なくなり。ます。

●むくみ（浮腫）

朝起きると顔がはれぼったい、夕方になると足がむくむ、指輪が入らなくなる、靴下のゴムの跡がなかなか消えない。誰でも体調などによって体がむくむときはありますが、腎機能の低下によっても起こります。それは体内の水分が十分排出されずにたまっている状態で、その場合は体重も2〜3キログラム以上増えることが多くなります。

腎臓の主な働き

- ① 不必要なものを除去しています。血液をろ過して、血液中の老廃物などを尿として体の外へ出しています。
- ② 水分量などのバランスを保っています。尿の量を調節するなど、体内の水分量や電解質量のバランスを保っています。
- ③ 赤血球をつくる働きを助けています。赤血球の産生や血圧の調節に欠かせないホルモンをつくっています。
- ④ 骨を丈夫にしています。骨の生成に必要な活性型ビタミンDをつくっています。



慢性腎臓病

患者数は
成人の8人に1人です

腎臓の病気は、実は多くの種類があります。病気が違えば経過や症状、薬や治療法、診療科や専門医も異なります。そうした多種多様な腎臓疾患をあえて大別すれば、腎炎(腎臓の炎症性疾患)や腎不全(腎機能不全)などの腎臓内科および小児科で診る病気と、腎臓結石や腎がんといった泌尿器科で診る病気とに分けられます。両方の科にまたがる病気もあります。

前述の通り、ここでは「新たな国民病」と呼ばれる慢性腎臓病についてお話しします。

慢性腎臓病(KD: Chronic Kidney Disease)とは、腎臓の機能が慢性的に低下していく病気の総称です。日本の患者数は推定約1330万人。成人の8人に1人という数で、中年だけでなく若い人も発症します。慢性腎臓病になると心臓病や脳卒中のリスクも高まります。しかし、この国民病が本当に怖いのは、自分が慢性腎臓病であることを知らない潜在患者が多いという点です。



まずは
生活習慣病の予防を

慢性腎臓病の原因は多岐にわたりますが、主な原因疾患としては糖尿病性腎症、慢性(糸球体)腎炎、硬化化症の3つがあります。

糖尿病性腎症は文字通り糖尿病に由来する腎臓病で、血糖値の高い状態が長期間続くことにより腎機能が低下していきます。慢性腎炎は慢性糸球体腎炎ともいい、腎臓病の中でも起こりやすい疾患です。腎臓の機能が低下し、血尿やたんばく尿が続きます。硬化化症は高血圧に由来する腎臓病で、高血圧の影響で腎臓の血管に動脈硬化が起こり、腎機能の低下を招きます。

以上の3つの疾患を悪化させる共通の因子は高血圧です。つまり、慢性腎臓病を予防するためには、まず高血圧や糖尿病、脂質異常症といった生活習慣病を防ぐことが肝腎です。

腎不全になる前に

腎臓病が進行すれば腎不全になります。腎不全には、腎臓が急激に悪くなる急性腎不全と、長年にわたって徐々に悪くなる慢性腎不全とがあります。急性の場合は回復することもありますが、慢性の場合、それは望めません。そして、さらに悪化して末期腎不全になると、尿毒症によるさまざまな症状が表れます。尿毒症とは、尿として排泄されるはずの老廃物などが血液中に蓄積している状態のことです。

尿毒症の主な症状

だるさ、吐き気、食欲不振、頭痛、高血圧、貧血、けいれん、意識障害、呼吸困難、皮下出血、尿量減少、その他

しかし、医療も進歩しています。早期に発見し、早期に治療を始めれば、腎機能の低下を遅らせたりすることも可能ですし、腎不全の末期まで進んだとしても、人工透析という治療法や腎臓移植という手段も残されています。病気とつきあいながら、QOL(生活の質)の維持・向上を目指して生活することができるようになっていきます。でも、一番良いのは病気になら

慢性腎臓病のワンポイント予防法

塩分の過剰摂取は高血圧の一因になります。最近は一般的に減塩志向が高まってはいるものの、元来、醤油や味噌などのしょっぱい味を好む日本人は、まだまだ塩分をとりすぎる傾向にあります。

体内の余分な塩分は腎臓を経て排泄されますが、塩分過多は腎臓の負担が大きくなり、腎機能が低下する要因ともなります。

厚生労働省によると、健康な日本人の成人が当面**目標とすべき1日の食塩摂取量は、男性7.5グラム未満・女性6.5グラム未満**です。

減塩



食品に含まれる
食塩相当量

<p>味噌</p> <p>みそ 小さじ1杯(6g) =食塩0.7g</p>	<p>薄口醤油</p> <p>薄口しょうゆ 小さじ1杯(6g) =食塩1.0g</p>	<p>ソース</p> <p>ウスターソース 小さじ1杯(6g) =食塩0.5g</p>
<p>梅干し</p> <p>1個(10g) =食塩2.2g</p>	<p>ウインナーソーセージ</p> <p>1本(20g) =食塩0.4g</p>	<p>レトルトカレー</p> <p>1食分 =食塩2.6g</p>
		<p>カップラーメン</p> <p>1食分 =食塩5.1g</p>



こんな人は
注意が必要です

- 高血圧、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病の人
- メタボリックシンドロームの人
- 塩分や油分の多い食べ物が好きな人
- お酒をよく飲む人
- たばこを吸っている人
- 運動不足の人

これらを改善することが
腎臓病の予防にも
つながります。

ステージ	1~2	3	4	5
腎機能のイメージ	正常~軽度低下	3a:軽度~中等度低下 3b:中等度~高度低下	高度低下	末期腎不全
症状	● 自覚症状がほとんどない ● たんぱく尿や血尿が出る	● 自覚症状がほとんどない ● 血圧が上がる ● 貧血になる ● 夜間に何度もトイレに行く	● 疲れやすくなる ● むくみが出る	● 食欲低下 ● 吐き気がする ● 息苦しくなる ● 尿量が減る
治療方法	生活改善 食事療法 薬物療法			透析療法 腎臓移植

出典:「一般社団法人 日本腎臓学会」の冊子から改変

ないこと。次に早期発見・早期治療です。定期的に健康診断などを受けて尿や血液を検査しましょう。

出典:「日本食品標準成分表2010」より算出



透析センター長 島田 輝彦
2001年 兵庫医科大学 卒業
日本内科学会 総合内科専門医
日本透析医学会 透析専門医
日本腎臓学会 腎臓専門医



医師 増本 明日香
2009年 和歌山県立医科大学 卒業
日本内科学会 認定内科医
日本透析医学会 透析専門医
日本腎臓学会 腎臓専門医



医師 和田 誠次
1978年 大阪市立大学 卒業
日本透析医学会 透析専門医・指導医
日本泌尿器科学会 泌尿器科専門医・指導医
日本腎臓学会 腎臓専門医・指導医

「沈黙の臓器」などと呼ばれる腎臓ですが、体に必要のないものは尿として捨て、必要なものは体に残してくれるという、極めて高性能な臓器でもあります。その24時間・365日の働きを、約4時間×週3回で人工的に代行するのが血液透析です。今の医療技術ではこれ以上縮めることはできませんし、生涯続けなければなりません。その生涯を少しでも長くし、より充実した人生が送れるようお手伝いをするのが、私たち専門医であり三宝病院です。しかし、できることなら来院することのないよう生活習慣に注意してください。

腎臓の病気はほとんど自覚症状がなく進行するため、定期的に健康診断などを受けて尿や血液を調べることがとても大切です。もちろん100パーセントではありませんが、気づかなかつた異常を健診・検査で見つけることは多くあります。しかし、人工透析を受けなければならなくなっても悲観しないでください。治療とリハビリを頑張つて自宅へ戻る患者さまもたくさんいらっしゃいますし、透析患者さまの寿命も延びています。当院では外来透析も行っていますので、ご希望の方は一度ご相談ください。

私たちが在籍している清恵会三寶病院は、脳疾患や外傷などの治療後に継続して入院が必要な患者さまや透析患者さまの診療・療養を担う病院であり、人工透析センター、総合リハビリテーションセンター、慢性期療養病棟、回復期リハビリテーション病棟から成る複合型の医療機関です。早く退院して自宅に戻れるように、社会復帰ができるように、あるいは、より良い療養生活が送れるように。各専門スタッフが連携を密にしたチーム医療で、お一人お一人をサポートしています。

生活習慣に注意を

健診を受けましょう

患者さまの状況に応じてサポート

総合的な透析医療を提供する清恵会三寶病院の透析科

チーム医療で透析を支えています

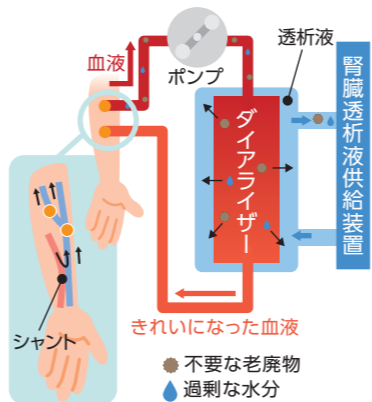


清恵会三寶病院 臨床工学科 科長 臨床工学技士 立花 加光

臨床工学技士は、CE(クリニカルエンジニア)とも呼ばれます。医師の指示の下、透析装置や人工呼吸器などの医療機器を操作し、その保守と点検を行う専門職です。患者さまの生命を支える装置を扱う者として、清恵会グループのチーム医療を担う一員として、常に安心・安全な治療をお届けできるよう心掛けています。

血液透析のしくみ

透析時に針を2本さします



人工透析

400人に1人が透析を受けています

腎臓の機能が10パーセント以下にまで低下した末期腎不全に陥ると、人工透析か腎臓移植が必要で、放置すれば、いずれ命を失うこととなります。

人工透析とは、血液を浄化する腎臓の働きを人工的に代替する治療法であり、大きく分けて血液透析と腹膜透析の二種類があります。どちらを選択するかは医師と相談の上で決定しますが、今のところ血液透析が圧倒的多数になっています。

現在、わが国の透析患者数は約33万人。国民のおよそ400人に1人という割合です。入院だけでなく、通院や在宅でも透析治療を受けることが可能です。日本の人

工透析技術は世界最高レベルといわれています。

血液透析

1回約4時間×週3回の透析療法
ダイアライザー(人工腎臓)という透析器と患者の腕の血管とをつなぎ、血液を透析器に送り込んで浄化して、きれいになった血液をまた体内に戻します。1回約4時間、週3回、生涯にわたって続ける必要があります。加えて、毎分200ミリリットルの血液を取り出すことから普通の血管ではもたないため、血液透析を導入する際には動脈と静脈をつなぎ合わせて太い血管をつくるシャント造設術を行います。

腹膜透析

患者自身が行う透析療法

おなかの中に約2リットルの透析液を入れておくと、血液中の老廃物や塩分などが腹膜を通して透析液に入ります。その透析液を入れ替えることで血液を浄化するという方法です。基本的に患者自身

腎臓移植 腎不全の根本的治療法

末期腎不全を根本的に治療できる唯一の方法が腎臓移植です。親族から片方の腎臓を提供していただく生体腎移植と、脳死後または心停止後の亡くなられた方から腎臓を提供していただく献腎移植という二通りの方法があります。手術が成功すれば透析治療から解放され、透析療法よりも生命予後が良いとされています。ただし、拒絶反応を防止するために免疫抑制剤を服用し続けるとともに、移植した腎臓の働きが悪化しないよう経過を見守り続ける必要があります。

が行う治療法で、1日4回程度、バッグを使って透析液を交換する方法(1回約30分)と、寝ている間に機器を使って自動的に行う方法(約8~10時間)とがあります。通常、通院は月1、2回で済みます。



ナース・フェイス Nurse Face

私の看護、私の思い



田水 万裕美

清恵会三宝病院 人工透析センター 看護師

私は入職当初、救急病棟で働いていて、ヘルパー業務をしながら看護学校に通っていました。資格を取得した後にもそのまま救急で働くものと思っていたのですが、配属先は救急とは正反対といえる、慢性期医療を提供する清恵会三宝病院の人工透析室でした。配属当初はまず機械の操作を覚えるのが大変で、仕事をこなすのが一杯でした。そんな中、透析治療を何十年も続けている患者さまが声を掛けてくださり、「はじめはみんな一緒にや。あの先輩も最初は難しい顔してやっていたで」と笑って話してくださいました。入退院を繰り返していた患者さままで、入院中も明るく振る舞う方でし

「ありがとう」は魔法の言葉

だが、退院して外来透析で通っているときは、治療をしているとはいえず、本当に心からハツラツとした笑顔でした。その笑顔に私は元気をもらい、他の患者さまの笑顔も見たい、もっと技術を磨きたい、透析中の倦怠感をもっと減らしてあげたいと思うようになり、今日まで頑張ってきました。

透析看護師になって17年、日々勉強しながら透析患者さまにアドバイスしたり、患者さまが求めている看護を提供できるように日々勉強し続けたいと思います。

人工透析とは……

主に腎臓病の方が受ける治療のことです。腎臓では尿をつくり、体内の余分な水分と電解質を調整します。しかし腎臓の機能が低下すると心臓や肺にまで水がたまり、呼吸困難や心不全を起し、最悪の場合、死に至ります。それを防止するために血液を、度、管を使って体の外に出し、血液透析器（人工腎臓）を通して老廃物や過剰な水分を取り除いて、また体の中に戻すという治療です。

特集 慢性腎臓病と人工透析 大丈夫ですか？ あなたの腎臓

人工透析における清恵会グループの医療体制

清恵会グループには3つの医療機関があります。血液浄化・透析治療においては、急性期医療の「清恵会病院」、慢性期医療の「三宝病院」、そして外来専門の透析施設である「向陵クリニック」が緊密な連携体制を構築し、患者さまの入院・転院・通院など、状況に応じた迅速かつ適切な診療を行っています。

急性期機能病院 清恵会病院



ER(救急救命室)を備えた急性期機能病院です。ICUや血液浄化室での血液透析、血しょう交換、吸着療法など、さまざまな血液浄化を行っています。透析導入や各シャント手術、患者さまの急変時にオンコールで24時間365日の透析を行う体制を整備。緊密なグループ内連携により、清恵会三宝病院、清恵会向陵クリニックの患者さまの急な治療にもスムーズに対応しています。

維持透析中の患者さまが何らかの疾患で入院が必要となった場合、新たに透析を導入する方の受け入れ、その後の通院による透析、夜間休日の緊急透析にも積極的に対応しています。



- オンコール体制を整えた24時間365日の透析対応。
- 各シャント手術に対応した手術体制。
- グループ内連携によるスムーズな治療。

人工透析外来 清恵会向陵クリニック



2019年9月にリニューアル、明るく落ち着いた雰囲気のある通院透析専門クリニックです。透析ベッド30床、車いす対応の体重計装置などの機器を完備。経験豊富な医師、スタッフがチームを組み、透析の導入から実施、心のケアまで一貫した治療を行っています。

また仕事を抱える患者さまのために火・木・土曜は17:00～22:30の夜間透析を実施。インフルエンザなど感染症発生時やプライバシー保護が必要な場合に利用可能な個室も完備しています。



- 車椅子にも対応できるよう、ベッド間隔は広く配置。
- すべてのベッドが手元スイッチで、背中と膝の角度調節が可能な電動ベッド。
- 仕事後も通院しやすい夜間透析を実施。

複合型慢性期機能病院

清恵会三宝病院



30年以上に及ぶ人工透析の実績をベースに、入院・通院での透析医療を提供。豊富な診療データの蓄積と充実した透析環境を基に、透析患者さまの安心を支えています。

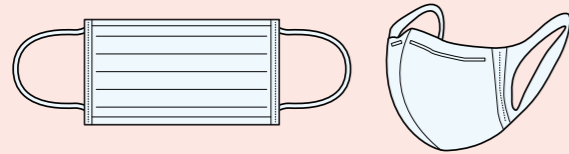
電子カルテにより個々の患者さまの状態を管理しています。また、患者さまの利便性を考えて41床の透析ベッドに車いすで移動スペースと液晶テレビを完備。非常時に備えて80床分の水処理機能と1週間分の透析液備蓄を維持するなど、安心・充実した透析環境を常に整えています。長期合併症の加療を必要とした維持透析患者さまが入院できる慢性期透析病棟では、合併症の加療を行いながら週3日を基本として1回3～4時間ほどの維持透析療法を行っています。また、身体機能が低下している入院患者さまには総合リハビリテーションセンターにおいて、理学療法士、作業療法士など専門スタッフによるリハビリテーションを行っています。



- 院内でのPTA(経皮的血管形成術)に対応。
- 慢性期透析病棟での入院治療および通院での血液透析を実施。
- 合併症などにより身体機能が低下した入院患者さまへの専門スタッフによるリハビリテーションを実施。

マスクを使い分けましょう

自分を守る! サージカルマスク



「サージカル」とは「外科の、外科的」といった意味で、不織布を用いた**使い捨ての医療用マスク**をサージカルマスクといいます。

その特長は、**ウイルスを通さないようフィルター構造**になっていること。つまり、自分も他人も守るためのマスクといえます。もちろん薬局などでも売られています。

(※ただし、ウイルスの透過を完全に防ぐことはできません。また、市販品の中には低品質のものもあるかもしれません。)

マスクをしていない人や感染症の疑いがある人と接触するときは

サージカルマスクを付けてください。できれば、一定基準を満たしたマスクを選びましょう。

**基準：BFE95%以上
PFE95%以上**

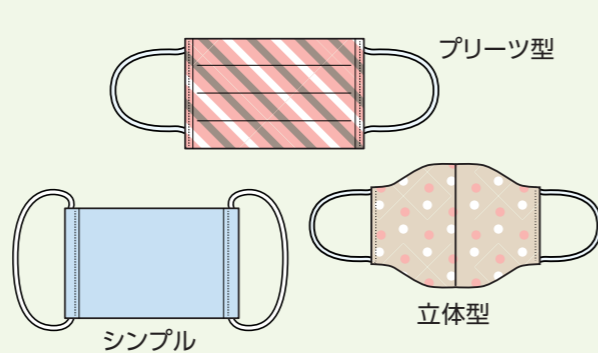


◎**BFE (Bacterial Filtration Efficiency) : パクテリアろ過効率**
空気中の細菌(パクテリア)やテスト用のウイルスをマスクに通して、ろ過される率。

◎**PFE (Particle Filtration Efficiency) : 微粒子ろ過効率**
微小なテスト用の粒子をマスクに通して、ろ過される率。

日本には医療用マスクの性能規格基準がありません。各メーカーは米国など海外の規格を参考にしています。(2021年1月現在)

他人を守る! 布マスク



文字通り**布製のマスク**で、おもに**自分の口からウイルスが飛散するのを防ぐのが目的**であり、**ウイルスの侵入を防ぐことはできません**。つまり、他人を守るためのマスクといえます。

喉の乾燥をふせいだりする効果もあります。**何度も洗って使えて便利です。**

どんなに良い性能のマスクでも、**鼻が出ていたり隙間があると効果が得られません。ぴったりフィットさせて使いましょう!**



地域医療ネットワーク

清恵会病院と共に地域の医療を支え合う
医院・クリニックをご紹介します。

かかりつけ医として、専門医として——

でぐち腎泌尿器クリニック ☎072-275-8129

堺市堺区三国ヶ丘御幸通59 南海堺東駅クリニックセンター(堺タカシマヤ8階)
※提携駐車場あり、ホームページをご参照ください。

- 診療科目/泌尿器科、腎臓内科
- 診療時間/9:00~13:00、16:00~19:00
- 休診日/木・土の午後、日曜、祝日 ●開院年/2020年
- ホームページ/<https://deguchiclinic.com>

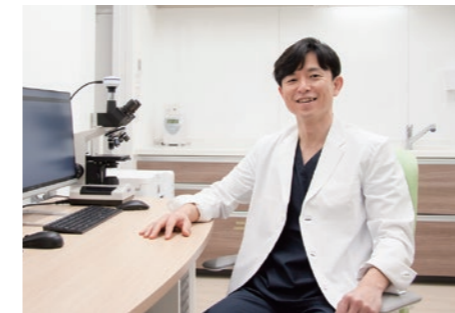


泌尿器科・腎臓内科の 専門クリニック

男性・女性を問わず、お子さまからご高齢の方まで気軽に相談できるクリニックを目指しています。

おねしょ(夜尿症)、尿漏れ、ぼうこう炎、尿路結石、腎臓病など、腎臓周辺から外陰までの範囲の診療、男性の前立腺に関する診療およびED治療も行っています。尿や泌尿器に関する悩みや不安がある、健康診断などでたんぱく尿や腎臓の数値を指摘されたなど、気になることがあれば、まずは一度ご来院ください。

また、地域のかかりつけ医として、風邪や高血圧、高脂血症、高尿酸血症、糖尿病などの生活



院長 出口隆司
日本泌尿器科学会 泌尿器科専門医
日本透析医学会 透析専門医

習慣病にも対応しています。堺市が実施する各種がん検診、特定健康診査にも対応しています。

各種予防接種にも対応しています。ご希望の方はお問い合わせください。

往診もしています

泌尿器科や内科の疾患で来院が困難な場合、できる限り対応します。訪問診療と往診の内容および対応エリアなどについてもお気軽にご相談ください。

お悩みや心配事をご相談ください

おしこの悩みを「年齢のせい」とあきらめていませんか。「恥ずかしい」と思っている女性や「治療が痛そう」と思っている男性も多くいらっしゃるでしょう。また、お子さまでも、昼間におしっこを漏らすことがある、おねしょが治らない、包茎が心配といった悩みがあるでしょう。いずれにしても、お気軽にご相談ください。

当院では待合室での男女の配慮や男女別のトイレを設けるなど、プライバシーにも配慮しています。

統合実習が終了しました!

清恵会医療専門学院 第1・2看護学科

長い期間、病院や施設で行われた3年生の臨床実習。先日、3年間の集大成でもある「統合実習」を無事に終えることができました。

統合実習とは、多重課題解決のための優先度の判断や、チームの一員として患者さまの看護を行っている看護師の様子を学び、チームで果たす看護師の役割を学ぶとともに、チームの一員としての自覚と責任を身に付ける実習です。

今回はこのコロナ禍のため、学内でのシミュレーション学習として、複数の模擬患者さまを受け持ち、優先度やタイムマネジメントを考えて実施しました。

学生たちは緊張感の中、看護師さんと同じように申し送りを聞き、その情報を基に、学生が演じる複数の模擬患者さまに看護を実践しました。事後には、判断や内容をチームで振り返り、さらに良くするためにはどうすればいいのかを皆で考え、次への課題としました。

学生の統合実習後の感想

- シミュレーション実習中、リーダーやメンバーなど各役割を遂行していく中で、患者さまのことを考えて最善を尽くせるよう動くためには、多重業務の中の優先度の把握や他部門との連携・情報共有が大切だと、あらためて理解できた。
- 他の学生と協力し意見を交換することで、自分では気づけなかった発見などがあり、看護に対する視野や思考が広がった。
- 模擬患者役をすることで、患者さまに対する援助がどのように行われるのかを体験することができ、とても勉強になった。
- リーダーはメンバーから報告を受けたとき、すぐに他部門と連携してチームが円滑に動くようにしていた。看護師のことだけでなく、他部門や患者さまのことも考えて動く必要があるのだと学んだ。



必要な物品は自分たちで
手作りしました!

今回の統合実習では多くの学生が、チームで連携することの大切さを強く感じたようです。さあ次は、国家試験へラストスパート! クラスがチームとして一つにまとまり、全員合格を目指します。

長下肢装具は どのように使われるの?

清恵会三宝病院 理学療法科

副主任 田中 守

脳卒中などの病気によって重篤な症状になると、手足に力が入りにくく、起き上がったり立ったりすることも困難になり、車いすでの介護を余儀なくされるケースが少なくありません。

このような場合、病状が安定するのを待って、なるべく早期にリハビリテーションを開始し、手を動かす、立つ・歩くといった練習をすることで、身体機能の低下を防止します。しかし、重度障がい患者さまは膝がガクツと曲がってしまう、立っていらなくなる場合があります。そんなときに活躍するのが「長下肢装具」です。膝を伸ばした



長下肢装具は両側に金属支柱がついており、ある程度重みがあります。(1.3~1.5kgぐらい)



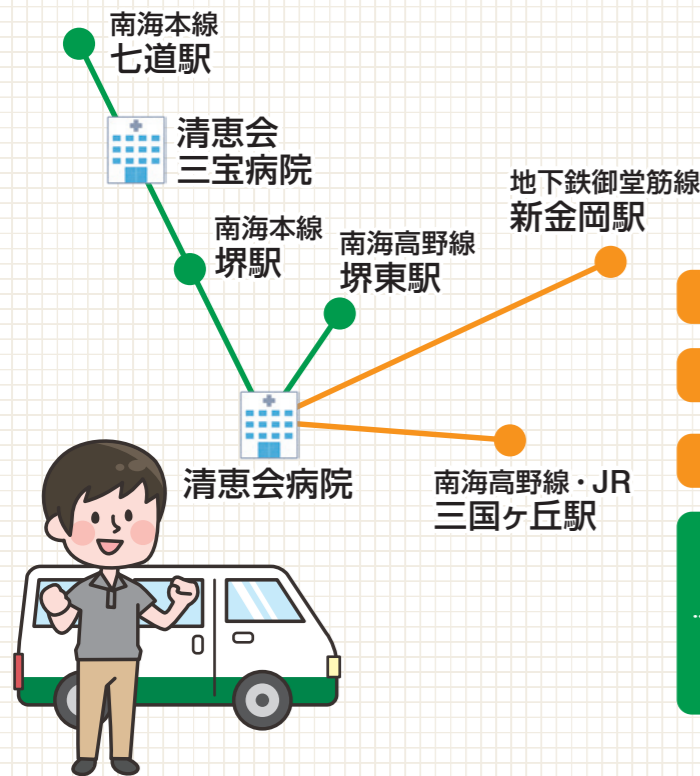
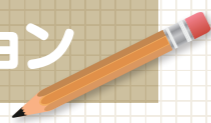
後方から介助しての歩行練習方法

状態で身体を支え、立つ・歩くといった機能の再獲得を目指すリハビリをしっかりサポートしてくれます。

◎ 長下肢装具は太ももから足関節まで金属の支柱があり、立位で膝関節を伸ばした状態で固定できるようになっています。この長下肢装具を用いると、障がいや自由が利かなくなった足が支えられ、立つ練習や歩く練習が可能になります。動作の反復練習ができることで、動かなくなった身体や足の筋肉の活動を高め、筋力低下を未然に

防ぐことにつながります。

◎ 実際にはリハビリテーションを進める中で、患者さまの病状に長下肢装具が活用できると判断した場合、まずはリハビリテーションセンターに練習用として設置している長下肢装具を着けて練習します。装着することで、力が入りにくくなった足に体重を乗せやすくなり、起き上がりに必要な筋肉の活動も促しやすくなります。筋肉の活動が得られると、立ち上がり動作や車いすへの移乗動作の向上および介助量の軽減も期待できます。



清恵会病院および清恵会三宝病院へご来院・ご入院される患者様やご家族のために、4つのルートでバスを運行しております。ぜひご利用ください。(時刻表は各病院またはホームページ等でご確認ください。)

※ご注意 車両がリフト付きではないこと、および走行中の安全確保が行えないため、車椅子での利用はご遠慮いただいております。ご了承の程お願い申し上げます。

- 堺東駅 ⇔ 清恵会病院
- 三国ヶ丘駅 ⇔ 清恵会病院
- 新金岡駅 ⇔ 清恵会病院
- 七道駅 → 清恵会三宝病院 → 堺駅 → 清恵会病院
- 清恵会病院 → 堺駅 → 清恵会三宝病院 → 七道駅

Topics
患者様送迎 4ルートで運行中

クローズアップ!

清恵会の仕事見せます

vol.24 健診センターの生理検査業務



2020年4月、清恵会病院の8階に「清恵会健診センター」が開設しました。今回は、**健診センターで行っている生理機能検査**を5つご紹介します。

腹部エコー

超音波を使用して、肝臓、胆嚢、腎臓、脾臓、膵臓などに異常がないかを調べる検査です。検査終了まで、なるべくお手洗いは控えていただくようお願いいたします。



眼圧検査

目の表面に空気を当てます。目をつむったり、細めたりしてしまうと正しい検査結果が得られませんので、目を大きく開いて検査を受けてください。



眼底検査

眼底を専用のカメラで撮影します。写真がぶれないように、視線は一点の光を見つめてください。



心電図

心臓の電気活動を測定します。記録の際、力んでしまうと診断が困難になるので、リラックスして検査にお臨みください。



聴力検査

ヘッドホンを着用していただき、高い音域、低い音域の音が聞こえるかどうかを専用の機械で検査します。



生理機能検査は、患者さまのご協力が必要な検査です。ご不明な点があれば遠慮なくご質問ください。



清恵会グループのご紹介

法人本部

清恵会病院

急性期機能病院

〒590-0064
堺市堺区南安井町1丁目1番1号

☎ 072-223-8199(代)



清恵会訪問看護ステーション

訪問看護・
訪問リハビリテーション

〒590-0064
堺市堺区南安井町1丁目1番1号
清恵会病院8階

☎ 072-232-6074

清恵会向陵クリニック

人工透析外来

〒590-0024
堺市堺区向陵中町6丁目4番10号

☎ 072-257-3131

清恵会三宝病院

複合型慢性期機能病院

〒590-0903
堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

☎ 072-226-8131(代)

さんさんデイケア三宝

通所リハビリテーション

きらきら訪問リハ三宝

訪問リハビリテーション

〒590-0903
堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

清恵会三宝病院
介護事業部

☎ 072-225-0066

清恵会医療専門学院

看護師・准看護師養成校

〒591-8031
堺市北区百舌鳥梅北町2丁目83番地

☎ 072-259-3901

清恵会第二医療専門学院

理学療法士・
診療放射線技師養成校

〒590-0026
堺市堺区向陵西町4丁目5番9号

☎ 072-222-6226



50th
Anniversary

清恵会病院は2020年7月に
50周年を迎えました。

これからも地域医療に貢献し、
さらに堺市民の皆様に信頼される病院を目指して
一層努力してまいります。

