

# ひまわり

## VOL. 34



### ～年頭あいさつ～



新年あけましておめでとうございます。

昨年の暮れのTV視聴率は「ドクターX」がNHKの朝ドラ「べっぴんさん」を抜いて一位を何回か占めています。

理由は为什么呢？孤高の天才外科医・大門未知子が金と欲にまみれた病院組織にメスを入れる勧善懲悪さ。更に「私失敗しないので」の決めゼリフで患者さんを救う確実さでしょうか。かつての水戸黄門の印籠と同じようです。パターンが同じなのは、視聴者は安心感を覚えます。

寿泉堂クリニック

透析も同様に何事も無く終わること、そして無事に帰宅するパターンが大事だと思います。

院長

我々スタッフは患者さん一人一人に合う「失敗しない透析」を維持していきます。そのために技術を

熊川 健二郎

磨き、知識を吸収し、心を安定させるよう頑張っていきますので今年も宜しくお願いします。



寿泉堂クリニック

名誉院長

白岩 康夫

### 初春に想う

明けましておめでとうございます。新しい年を迎え、皆様とともに良い年となりますよう願っています。酉の年にあたり酉（鶏）について想いを巡らせてみました。鶏は身近な家禽で私の幼少時には庭に放し飼いをされていました。鳥小屋があり、そこに卵を産み、夜になると庭から小屋に戻り、止まり木に止まって眠ります。鶏は東南アジアや中国南部に生息する野鶏が家禽化されたものとされ、日本では弥生時代から人と一緒に暮らしてきました。それがどうでしょう、今では鶏の姿が見えません。鶏と言えば食肉店に並ぶ鶏の手羽先や胸肉、卵は10個パックに入って250円。これでは鶏のイメージが湧かないでしょう。昨年、ある養鶏場を見学する機会がありました。広い暗室のような小屋に何百羽と詰め込まれ、電燈の明るさでコントロールされ、産卵を促されていました。まるで卵を産むための有機物といった感じでした。しかし、最近の情報によるとヨーロッパなどの先進国ではケージ飼いを止め、平飼い、放し飼いに移行しつつあるとの事です。私達も新しい年を、自然とともに穏やかに暮らせるよう望んでいます。



寿泉堂クリニック

透析センター長

百瀬 昭志

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。

昨年、熊本で開催されたブラッドアクセスの全国大会で感じたことは、超音波装置の進歩と共に、もうすでにエコー下穿刺は当たり前のこととなっているということです。寿泉堂クリニックにおいても、昨年新しい超音波装置を購入し、少しずつエコー下穿刺が普及し始めております。

シャントを長期間使用するには、医療者側の要因の一つとして穿刺を失敗しないことや、止血時におい

ては血管内に血栓ができるほどあまり強く押さえないことが大事です。血管が細かったり、深いために穿刺困難な場合には、エコー下穿刺してもらいシャントを長持ちさせましょう。



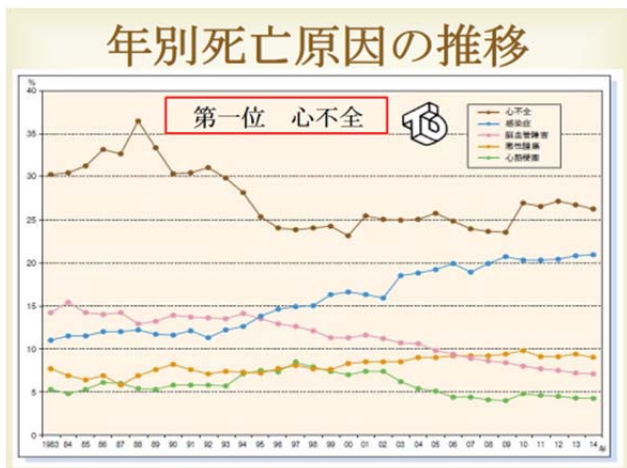
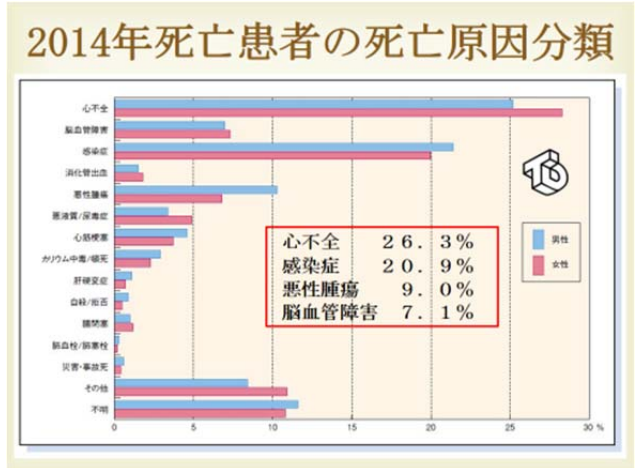
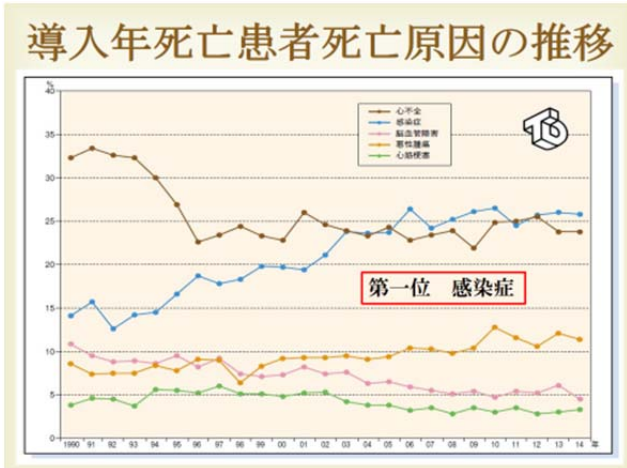
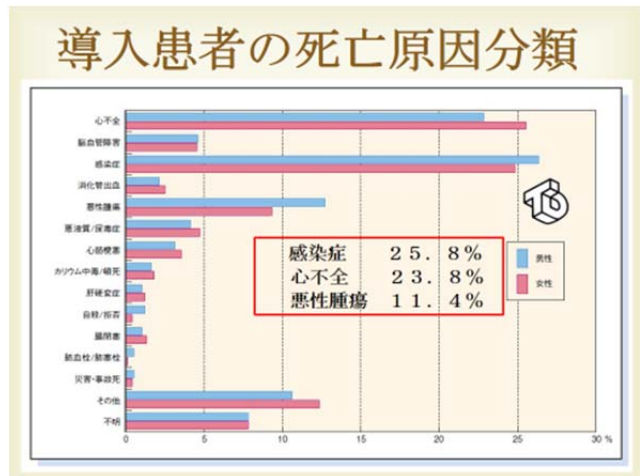
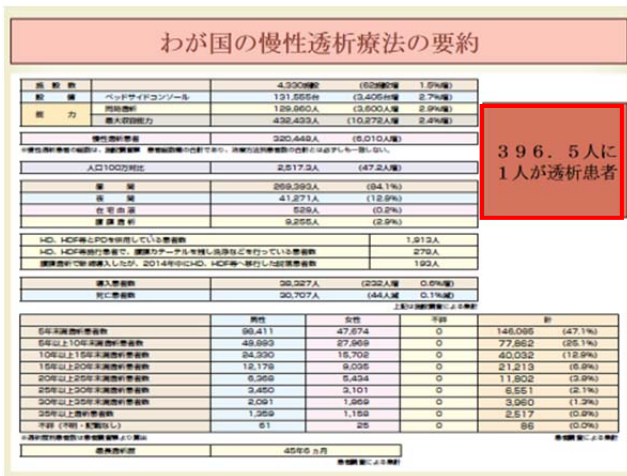
# クリニック透析忘年懇話会 特別講演抜粋

寿泉堂クリニック 院長

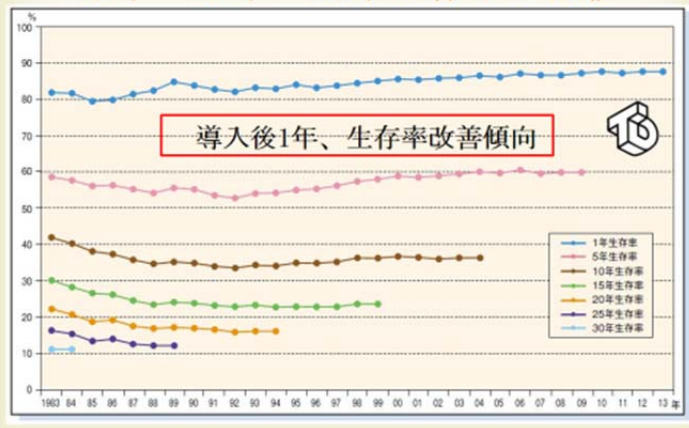
熊川健二郎

昨年12月1日に行われたクリニック透析忘年懇話会で行った講演の内容を抜粋してお届けします。

## 透析患者さん達の現状と推移



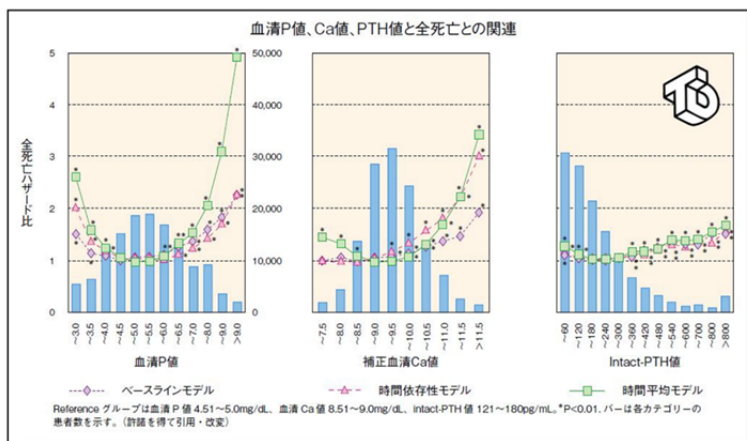
## 導入後1年・5年・10年・15年・20年・25年・30年生存率の推移



国内の慢性透析患者さんは320449人(調査時)と、1年間で約6000人程度増加しました。

患者さんが亡くなる原因は、心不全と感染症が圧倒的に多く、死亡率は調査が開始されてからの30年間で9~10%以内の推移となっています。また透析導入後の生存率は、導入後1年・導入後5年生存率は改善傾向が見られます。

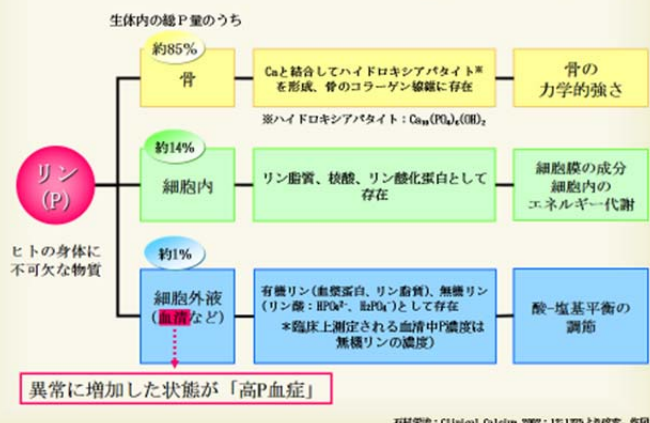
## 透析患者さんとリンの関係



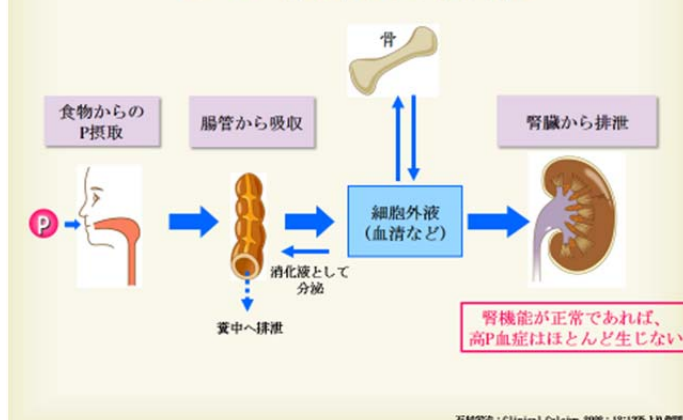
このグラフはリン・カルシウム・PTHの値と透析患者の死亡率を比べたグラフです。リンとカルシウムは、極端に高くても低くても死亡率が高い事を示しています。それに比べて、PTHはどんな値でも死亡率には影響しないようです。

通常、リンは人間の体の様々な部分に少しずつ形を変えて存在していて、食べ物から摂取されたリンは腸管から吸収され、体内に吸収されなかったぶんは排便・排尿によって排泄されるので腎機能が正常であれば高リン血症はほとんど生じません。

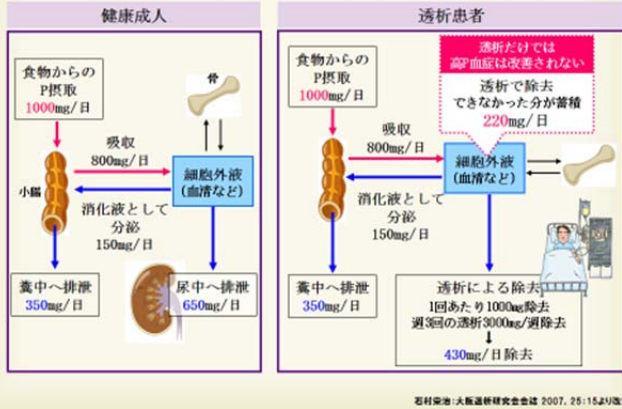
## 生体におけるリン(P)の分布と役割



## Pの吸収と排泄



# 透析患者におけるPの出納



# 血管石灰化

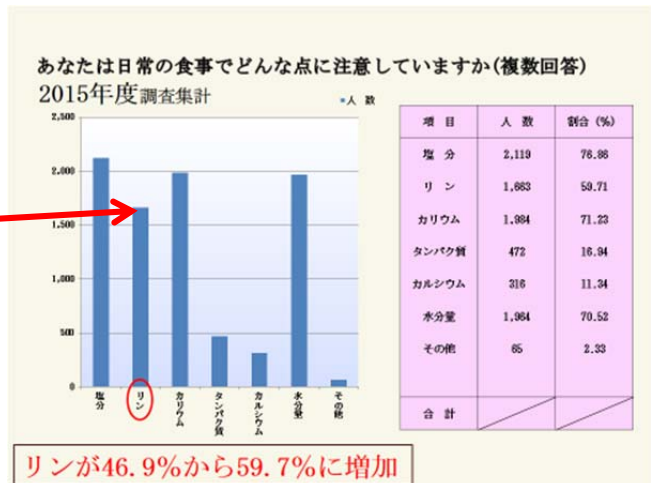
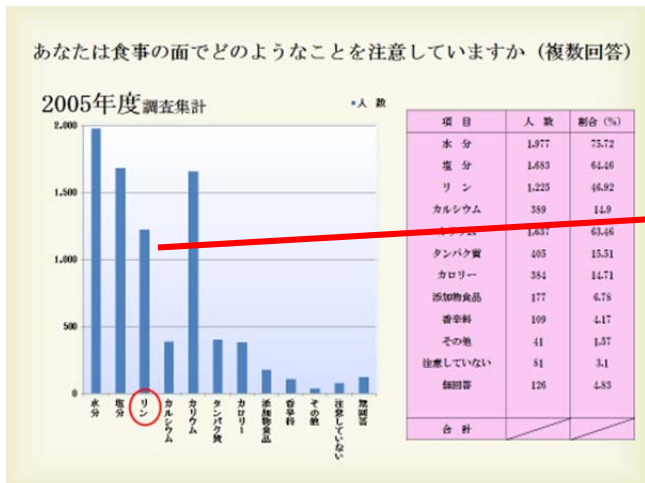
—慢性腎臓病に伴う骨・ミネラル代謝異常の診療ガイドライン—  
ステートメント

IV. 血管石灰化の進行予防においては、Ca・P代謝の調節、特にPのコントロールが大切で可能であればCa非含有P吸着薬の使用が推奨される (1B) .

- 透析患者における血管石灰化の危険因子
- I. 年齢
  - II. 透析期間
  - III. 糖尿病
  - IV. 重度の高血圧
  - V. 高P血症
  - VI. Ca×P積
  - VII. Caを含むP吸着薬の過剰摂取

皆さんご存知のように、血管の石灰化にはカルシウムとリンが非常に密接に結びついています。上の図では、リンの摂取量と排泄量・1回の透析で除去できる量を比べると、1日あたり220mg程度のリンが体に蓄積される事になります。このような状況から、透析患者さんにはリン吸着薬の内服が強く奨められています。

## 皆さんにご協力頂いたアンケート結果

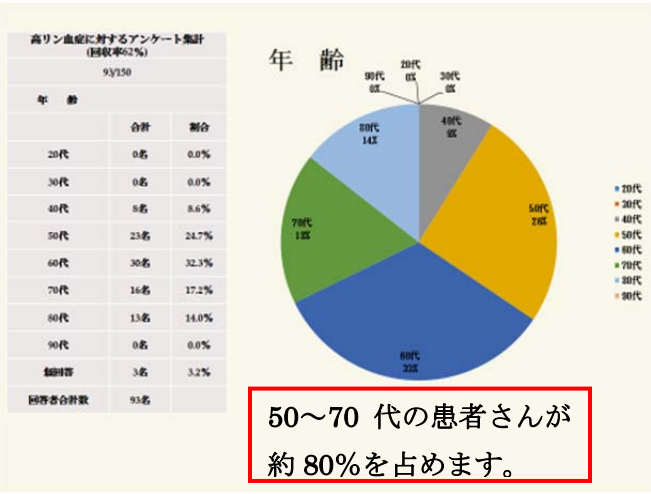


まずこのグラフは福島県腎臓協会で行なわれたアンケートの2005年と2015年の結果を比べたものです。患者さんのリンに対する注意が高まっていることが分かります。

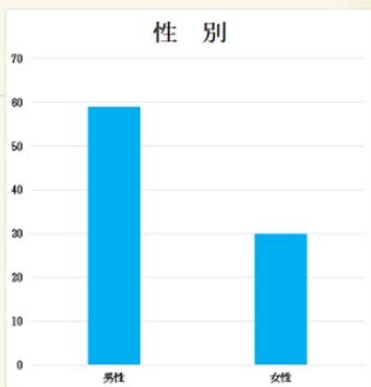
次に、クリニックの患者さんに答えていただいたアンケートの結果をご覧ください。

**当院のアンケート**  
(回収率93/150名 62%)

- ・高リン血症に気が付いていること
- ・リンを下げるくすりについての感想 (6剤について)

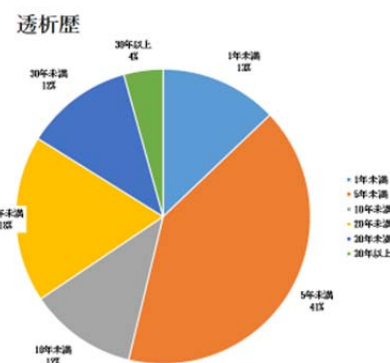


性別	
合計	93名
男性	59名
女性	30名
無回答	4名
回答者合計数	93名



男性は女性の2倍いらっしゃいます

透析歴	
合計	93名
割合	
1年未満	12名 13%
5年未満	38名 41%
10年未満	11名 12%
20年未満	17名 18%
30年未満	11名 12%
30年以上	4名 4%
無回答	0名 0%
回答者合計数	93名



透析歴は0～5年未満の方が約55%とそれ以上長い方より少し多めです

## 高リン血症について 注意していることは？



### ■食べる種類に気をつける

- ・高リン食材は食べない・さける・少量にする
- ・高リン食材、リンの含有量を意識している
- ・マグロの赤身などの刺身を少なくする・魚卵を控える
- ・魚貝類に注意している
- ・鶏のモモ肉を控える
- ・肉と魚を控える
- ・豆類(納豆・豆腐など)を控える
- ・卵を控える
- ・練り製品(ちくわ・かまぼこ類)は原則口にしない
- ・加工食品などを控える
- ・乳製品(バター・チーズ・ヨーグルトなど)に気をつけている
- ・ハム・ソーセージ摂取量を1/3にした
- ・蛋白質を含む食品を食べ過ぎないようにしている

### ■その他2

- ・乳製品の摂りすぎに注意しているが、適量がいまひとつわからない
- ・基準値内にしたと思い計算して食事は作っているが基準値にならない  
→こういうときの対策はどうしたらいいのか教えて欲しい(葉の量を増やすのか・蛋白質の量を減らすのか・)
- ・なぜリンが高いとダメなのか・ということをおぼろげに覚えていたので貼紙をして注意している  
(リンが高いと動脈硬化や心筋梗塞になるよ・)
- ・他院で入院した時に、リンが下がったので食事の要因がとて大きいと思ったが、退院したらリンが上がってしまったので、食事管理は難しいと思った
- ・好きな食べ物が多く、“食の楽しみ”がない
- ・食事管理が苦痛

### ■食事に気をつけている

- ・成分表で注意している
- ・食事量を減らす
- ・食事回数を減らした
- ・外食を適度にするよう心掛けた
- ・妻が食事管理をしてくれている
- ・自分で作るようにしている
- ・間食に注意、間食をしない
- ・薬に頼らず、食物に関する注意を自ら自覚し、常日頃から実行する

### ■その他1

- ・体重に気をつける
- ・内服薬をきちんと飲む
- ・薬に頼っている
- ・リンの体に及ぼす影響について理解していない
- ・何に注意すればいいのか分からない(初めて1年未満の方の意見で教えて欲しいとのこと)
- ・特になし

自分の好きな食べ物をガマンすることは大変なことですが、皆さん自分なりに気をつけて調整しているようですね。

「何に注意すればいいのか分からない」、「計算して料理を作って基準値に入らない」、「食事管理が苦痛」、「好きな食べものが多く楽しみがない」などの悩みも多かったです。

## リンを下げる薬についての感想

### <フォスブロック>

- ・ 菌に挟まって飲みにくい
- ・ 飲みにくさはない

### <カルタン>

- ・ 甘い
- ・ 飲みにくい

### <キックリン>

- ・ 効果を感じられない

### <全体>

- ・ データを見る限り効果があると思うので体に合っている
- ・ 長年服用しているが、特に上がらないので薬が効いていると思う
- ・ 薬を飲んでから大丈夫という気持ちがある
- ・ 粉薬は飲みづらい
- ・ 便秘気味になる
- ・ 3回/日は飲み忘れしやすいので2回/日がいい
- ・ リンを下げる薬は複数あるが、それぞれの特徴とどのような人がどの種類を使用するのがいいのか教えて欲しい
- ・ 副作用が気になる
- ・ 薬の飲み忘れに注意している
- ・ 理解していない
- ・ リンの管理は必要であるので必需品の薬だと思っている

## 当院のリン吸着薬内服状況

(H27.10月現在)	144名	(H28.10月現在)	150名
カルタン	87名	カルタン	78名
フォスブロック	23名	フォスブロック	13名
ホスレノール	68名	ホスレノール	59名
キックリン	15名	キックリン	5名
リオナ	15名	リオナ	21名
		ピートル	43名

2種類、3種類を内服している方が多い

### <ピートル>

- ・ 便が軟らかくなっていい
- ・ 便が黒くなる 便の色・匂いが嫌
- ・ 出来れば薬を変えて欲しい
- ・ 初めはお腹が痛かったが、続けていたら症状も落ち着いた
- ・ ドロップは飲みづらい、大きくて飲みづらい
- ・ 細粒になると嬉しい
- ・ 少し軟らかくなるという

### <リオナ>

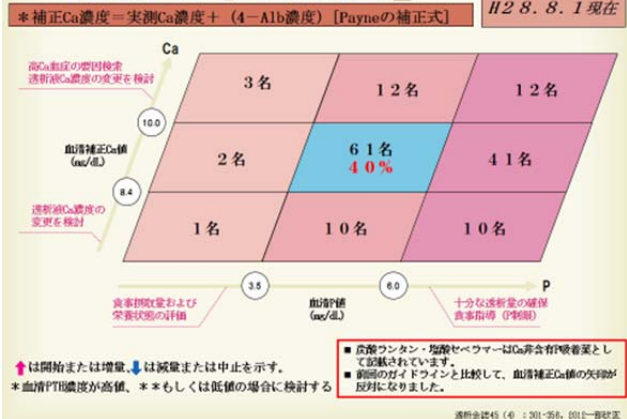
- ・ 鉄も摂れていい

### <ホスレノール>

- ・ 飲みやすい
- ・ 粒子が細かいので飲む時に袋に残りやすく苦勞している
- ・ 量が多くて飲みづらい
- ・ 肉類を食べた時に飲むようにしている
- ・ 食後すぐ、飲めない時の効果に変わりは出るのか
- ・ 効果が変わらない時間はどれくらいなのか

## 当院の『9分割図』

計152名  
H28.8.1現在



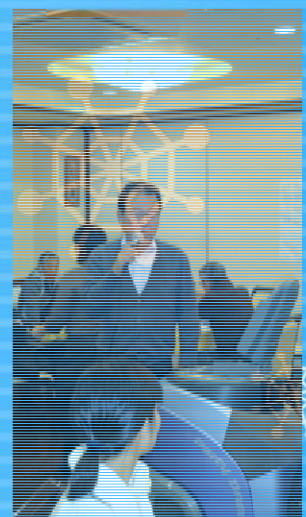
## 食事中の過剰リン摂取は 生体毒として作用

- 慢性腎臓病患者での血清リン濃度上昇は生命予後悪化の原因となる。また、一般人でも正常範囲での血清リン濃度上昇は心血管病罹患と関連する
- 食事に存在するリンと異なり、食品添加物のリン酸エステルは消化管から完全に吸収される
- リンは血管障害を引き起こし、加齢変化を加速させる
- 過剰リン摂取による健康被害がますます認識されており、食品添加リンの表示が必須である

# 第8回寿泉堂クリニック忘年懇話会開催♪

2016年12月1日、姑娘飯店にて寿泉堂クリニック忘年懇話会が開催されました。  
今年もたくさんの患者さんに参加していただきました。今年も40名を越える方にご参加頂きました！年末の忙しい中参加して頂いた皆さんありがとうございました。  
今回はイベント委員長も歌いました（笑）





~~~~~編集後記~~~~~

2016年度のひまわりは諸事情のため2回しか発行することができませんでした。2017年度のひまわりは頑張って作りますのでよろしくお願いします。 飯田