



に と な 便 り

第32号

令和元年7月

独立行政法人 国立病院機構 千葉東病院 〒260-8712 千葉県千葉市中央区仁戸名町673 Tel. 043-261-5171

千葉東病院の多職種チームによる糖尿病腎症重症化予防活動

副院長 西村 元伸

糖尿病腎症は末期腎不全の最大の原因疾患です。この糖尿病腎症の重症化を予防することは、患者さんのQOLを維持するために大切であり、世界中の臨床医、研究者がこの課題に取り組んで来ました。その結果、糖尿病管理に関するエビデンス、血糖、血圧、脂質の管理のための薬、デバイス（医療機器）、診療体制は徐々に進歩し、糖尿病をしっかり管理すれば、糖尿病腎症の重症化は防ぎ得るものとなりつつあります。しかし、残念ながら、糖尿病患者の受診率は決して高くはなく、せっかくの医療の進歩の恩恵を受けていない患者さんが多数いらっしゃいます。こんな中、日本では、2016年から「糖尿病腎症重症化予防プログラム」が実施され、少しでも多くの患者さんが適切な医療を受けられるようにするための体制の構築を進められています。千葉東病院では、糖尿病・内分泌内科、腎臓内科を中心に、糖尿病腎症重症化予防に貢献しております。図1のように、かかりつけ医のみでなく、糖尿病を早期発見するために欠かせない健診センター、住民の健康維持を担う保健師とも連携し、患者さんのやりとりをしております。糖尿病腎症はそのステージによって指導内容、診療内容が異なりますが、糖尿病・内分泌内科と腎臓内科が、分担あるいは協力して、表1のようにあらゆるステージに対応できる体制を整えております。

千葉東病院では、「糖尿病は最初が肝心、でも、腎症が発症してしまっても最善を尽くす」をモットーに熱意を持って診療に当たっています。これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。

図1：糖尿病腎症重症化予防のための医療連携

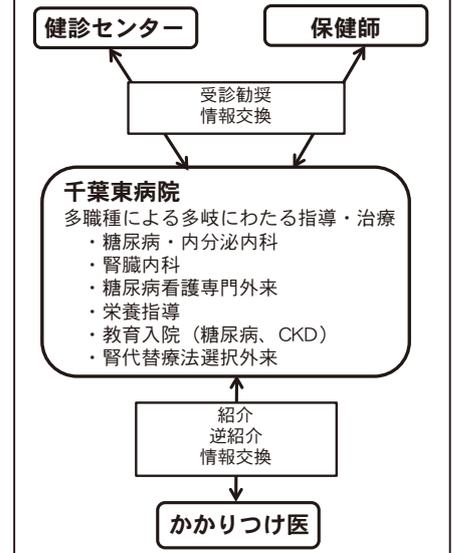


表1

千葉東病院

糖尿病・内分泌内科、腎臓内科

と多職種チームでの

糖尿病腎症重症化予防のための取り組み

- #1: 糖尿病初期教育
- #2: 腎症発症阻止のための管理
- #3: 腎症発症後の病態把握、管理法調節
- #4: 腎症以外の糖尿病合併症の管理
- #5: 他の腎疾患との鑑別
- #6: 腎不全合併症管理
- #7: 腎代替療法の説明・準備
- #8: 腎代替療法の導入

目 次

千葉東病院の多職種チームによる
糖尿病腎症重症化予防活動 …… 表紙

新採用者・転任者ご挨拶 …… 2~3

今後のイベント予定 …… 3

看護の日イベントを開催しました …… 4

病院各科紹介「腎臓内科」 …… 5

重心病棟イベント
「ロードトレインの旅」
「心魂プロジェクトデリバリーパフォーマンス」… 6

季節の健康レシピ …… 7

外来担当医表 …… 8

■新採用者・転任者ご挨拶

看護部長 青井 久江

この4月より神奈川県から赴任してまいりました。初めての千葉暮らしをただいま満喫中です。出身は「晴れの国」岡山県。看護師になると同時に上京して30年余り、住んでみたのは若い頃に東京と、後はもっぱら神奈川県でした。

千葉県にはもちろん遊びに来たことはありますが千葉市に来た記憶は…。ですので、久しぶりに降りた千葉駅にまず、びっくり！あまりの都会に驚きの声をあげました。住んでみると皆さん親切でやさしい。あまりに住みやすい土地柄に、なるほどこの少子高齢化の社会の中でも人口が多いはずだと納得した次第です。

まず、私が着任して第1に考えたことはこの千葉市中央区の一角を占める千葉東病院で、看護部長として何ができるのか、ということです。そして今では千葉東病院で看護として貢献できること、それはもっと地域の方々の声に耳を傾け、地域にある多くの病院、クリニック、訪問看護ステーション、看護大学や看護学校、養護支援学校や施設とのつながりを強くすることではないかと思っています。

もっと地域に出ていき、地元の方々との交流を大切にしながら当院でしかできないことを中心にお役に立てたらよいなと思います。病院の中から飛び出し、新たに地域に貢献できる看護を目指して頑張っていきたいと思いますので今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



診療放射線技師長 山口 裕久

4月1日付で下総精神医療センターより診療放射線技師長として着任いたしました。

千葉県内の施設は、今回で5施設目となりますので私のことをご存知の方もいらっしゃるかと思います。早く新しい職場に慣れたいと思っておりますので、どうぞお気軽に声をおかけください。

当放射線科では、主に画像診断関連の検査をおこなっております。検査実施にあたり、スタッフ全員で常に最良の診断画像の提供と医療安全を心がけております。また、チーム医療の一員として貢献できるように努めてまいりますので、ご助力のほどよろしくお願いいたします。



内科医師 兵頭 正浩

4月より腎臓内科にて勤務させていただいております。以前は神奈川県川崎市で勤務しておりました。腎炎、透析医療、腎不全を中心に診療させていただいております。腎臓疾患はあまり症状に現れず、気づかぬうちに進行している場合が多いことがあります。また生活習慣とも関係している場合が多いため、腎臓を通じ日常生活や全身状態の改善を目指していこうと考えております。皆様により良い医療を提供できるように日々精進してまいります。よろしくお願いいたします。



■新採用者・転任者ご挨拶

内科医師

諸岡 瑞穂

今年度より腎臓内科で勤務することになりました諸岡と申します。前年度までは岩手県で腎疾患、透析、リウマチ・膠原病の診療をしておりました。腎臓病は初期には自覚症状に乏しいことも多いですが、進行すると透析などの腎代替療法を必要とし、全身臓器の様々な合併症を伴うことも多い疾患です。できる限り腎臓病の進行を防ぎ、透析が必要となった場合にはよりよい透析医療を提供できるよう、日々勉強させていただいております。

少しでも皆様のお役に立てるよう精一杯精進して参りますので、どうぞよろしくお願い致します。



内科医師

三浦 茜

今年度4月より着任いたしました腎臓内科の三浦 茜と申します。現在医師5年目です。これまでは東京慈恵会医科大学附属病院にて腎臓内科診療に携わっておりました。

腎臓疾患は腎臓だけでなく全身の臓器と関係しており、合併症も多岐に渡ります。早期に発見し、治療をして行くことで腎不全の進行や合併症の発症を予防したいという思いで日々の診療に当たっております。

また腎代替療法についても、血液透析、腹膜透析、腎移植のなかで患者さんがご自身に合ったものを選択できるようサポートいたします。少しでも皆様のお役に立てればと思いますので、よろしくお願い致します。



○●今後のイベント予定●○

●減塩料理教室

- 開催日：令和元年11月23日（土）
- 場 所：淑徳大学 看護栄養学部
- 内 容：①医師・管理栄養士によるミニ講座
「減塩食の大切さ、調理のコツ」
②減塩食調理実習
③減塩食の試食

●「糖尿病週間」イベント

- 開催日：令和元年10月26日（土）※予定
- 場 所：千葉東病院
- 内 容：運動療法・ウォークラリーなど

●リウマチ教室/交流会

- 開催日：令和元年9月7日（土）
- 場 所：千葉東病院
- 内 容：リウマチ患者さんへの原因、治療法、注意点の講演



令和元年度 看護の日イベントを開催しました

6病棟看護師長 生澤 敦子

今年も看護の日のイベントを行いました。「看護の日」とは5月12日のナイチンゲール誕生の日にちなみ厚生労働省が看護の関する国民の理解を深めようと定めた日です。「看護の日」を機会に、地域の皆さまの健康を願って交流を深められたらと思い開催いたしました。

毎年、患者様や地域の皆様のご参加をいただいております。今年度は、延べ713名の方に、推定血管年齢測定や血糖測定、AEDを実際に体験していただきました。参加された方の感想を紹介します。推定血管年齢測定では、「実年齢よりも20歳も若かったよ。妻が食事に気を使ってくれているおかげだな」、AEDではデモ機を使用し実際に体験をして頂き「普段体験できないことなのでやってみたい」「実際に体験することができてよかった」など聞かれました。血圧測定や推定血管年齢測定を終えた後は、管理栄養士による栄養指導、薬剤師による薬剤指導など通常外来とは違い看護の日ならではの内容は好評でした。また、普段は入院中の患者さんに関わることの多い認定看護師（糖尿病・認知症・慢性呼吸器疾患・摂食嚥下）も看護の日にはブースを設け、地域の皆さんの相談にも乗ることができ、看護の力を発揮できたのではないかと思います。当院公認キャラクターのちばトンとの写真撮影では子供たちだけではなく大人の方にも喜んでいただくことができました。

次年度も同様に開催しますので多くの来院をお待ちしております。また、通常外来でもお気軽に看護師へお声がけください。皆様が不安なく安心して治療できるようサポート致します。



病院各科紹介

腎臓内科

診療部長 今澤 俊之

日頃より、多くの医療機関からご紹介を賜り、まず初めにお礼を申し上げます。腎臓内科は、千葉県における腎疾患医療の中核を担うべく診療体制の充実を図り、おかげさまで国内有数の診療実績を上げてまいりました。日本腎臓学会、日本透析医学会、日本移植学会、臨床腎移植学会により認定された専門医・指導医・認定医が在籍し、質の高い腎疾患医療を提供できるものと確信しております。糖尿病性腎症や慢性腎臓病（CKD）の重症化予防へ向けた診療（精査・教育入院、生活・食事指導等を含む）や慢性腎炎の診療（健診で血尿や蛋白尿を指摘された方への腎生検による正確な診断と治療）のみならず、緊急での迅速な診断・治療が必要な各種腎疾患（ネフローゼ、急性腎障害、急性腎炎、急速進行性腎炎など）への対応もできる体制を整えています。腎疾患の診断に於いて重要な腎生検実施数は、日本では最大数となっているとともに、国内で数少ない腎病理医も在籍しておりますので、診断の質も担保されています。確かな診断を基にした治療をご提供できることは、当科を受診される方にも大きなメリットとなると確信しています。また国が進める糖尿病性腎症重症化予防プログラムにも対応すべく体制を整えています。一方で、希少疾患であるが故に診断・治療が難しい、多発性のう胞腎、アルポート症候群、Fabry 病、ミトコンドリア病等の診療の充実も図っております（詳細はホームページをご覧ください）。残念ながら腎不全となる可能性が出てきた場合、透析療法や移植の準備のための情報提供をご本人あるいはご家族に行う腎代替療法選択外来も行っています。当院では、血液透析／腹膜透析を選択できます。腎臓移植については、当院では手術は行いませんが、千葉大学等の近隣医療機関と連携し診療をさせていただきます。地域において腎疾患医療を安心して任せていただけるよう努力していく所存ですので、引き続きご支援を賜れますようよろしくお願い申し上げます。



重症心身障害病棟 「ロードトレインの旅」

療育指導室 保育士 長谷部 尚子

2019年4月27日（水）選択行事「ロードトレインの旅」が2年ぶりに千葉東病院へ帰ってきました！株式会社ファンファクトリー童夢の全面協力の元、実施されました。今年は新たな試みとして、パンダ・コゾウ



・テナガザルを作成、通路に配置し、まるでD-51が動物園を走っているようにしました。当日、天気が不安定でわか雨も降りましたがパラソルや傘で対応し、予定されていたすべての回を外で乗車することができました。利用者さんたちはD-51に乗り、目を輝かせて周囲を見ている方

や風や乗り物の振動などを感じて笑顔の方、人それぞれ楽しまれておりました。一緒に乗られたご家族からは「外でD-51に乗ることができて良かった」など好評の声をいただき無事終了しました。



重症心身障害病棟 「心魂プロジェクトデリバリーパフォーマンス」

療育指導室 保育士 蔵松 美沙

「心魂プロジェクト」は劇団四季出身のミュージカル俳優を中心としたメンバーが、病院や施設で過ごす方へのパフォーマンスを届ける活動をされています。海外で活躍していたダンサーやジャズミュージシャンなど様々なジャンルの表現者が来院し、当院では2014年の設立当初から公演を行っています。2019年3月27日に第24回目の公演を実施しました。色とりどりの照明で会場はあっという間に劇場に変身！本格的なミュージカルナンバーやジャズなどの様々な音楽、朗読、タップダンスなど幅広いジャンルのパフォーマンスが披露され、皆さん声を出したり、身体を揺らしたりして楽しみました。公演最後の曲は、毎回歌うオリジナル曲「ひとつ」で、利用者さんも歌詞を覚えており、会場の皆さんで歌って大盛り上がりでした。



季節の健康レシピ



おもてなしにも！簡単☆トマトの寒天寄せ



～材料（4人分）～

- トマト……………1個（200g）
 オクラ……………3本（30g）
 えび ……………4～5匹（60g）
 A 顆粒だし…………大さじ1/2（6g）
 酒……………小さじ1と1/2（8g）
 醤油……………小さじ1（6g）
 水……………2カップ（400ml）
 寒天パウダー……2本（4g）



～作り方～

- ① トマトはヘタを抜いて、湯むきし、さいの目状に切る。
- ② オクラは洗って塩ずりし、茹でる。茹であがったら、水で冷やして輪切りにする。
- ③ 鍋にAの調味料と水400mlを入れて沸騰させる。
- ④ 寒天パウダーを③に振り入れ、加熱しながらよく溶かす。
- ⑤ ④にトマト、オクラ、えびを入れて加熱し、えびに火がとおったら火をとめ、粗熱をとってから器に流し入れる。
- ⑥ 冷蔵庫で20～30分間冷やし固めて完成。

1人分の栄養価

エネルギー	32kcal
たんぱく質	3.8g
食塩	0.4g

～アレンジ～

顆粒だしをコンソメに、酒と醤油を塩コショウに変えると洋風に。
人参やパプリカを型抜きして入れても可愛らしいです。

☆カリウム制限の方へ☆

トマトの量を半分にします。または、細かく切り、水にさらすとカリウムを減少させることができます。

☆たんぱく質制限の方へ☆

えびはたんぱく質源になる食材です。えびの代わりにうま味のある椎茸2枚（20g）を薄切りにし使用すると、たんぱく質を全体で1.2gに抑えることができます。

☆塩分制限の方へ☆

減塩醤油を使用すると、塩分を半分（0.2g）に抑えることができます。または、醤油を分量にして、すりおろした生姜小さじ1を加えると塩分を半分に抑えたいうえ、さっぱりとした味わいになります。

♪栄養ひとくちメモ♪

家庭菜園の定番のトマト。たくさん採れたからと毎日食べている方、多いのではないのでしょうか。しかしトマトは糖質やカリウムが多い野菜なので、食べ過ぎは要注意です。

たくさん採れた場合は、丸ごとラップで包み、保存袋に入れて冷凍保存して加熱調理に使用しましょう。カレーや鶏肉のトマト煮込み、ミートソースなど様々な料理に生かすことができます。

～千葉東病院 栄養管理室～

診療科目		月	火	水	木	金
糖尿病・内分泌内科		西村 元伸	西村 元伸 祖山 暁子※1	関 直人	西村 元伸 花岡 美貴	
腎臓内科		今澤 俊之 李 紀廉※2 兵頭 正浩※2	首村 守俊 今澤 俊之※2・3 岡田 絵里 ※2 福田 亜純 ※2 諸岡 瑞穂 ※2	今澤 俊之 川口 武彦 ※2・3	三浦 茜 ※2	川口 武彦 岡田 絵里 ※1 李 紀廉 ※2
リウマチ・アレルギー科		松村 竜太郎 前澤 裕子	中澤 卓也	大矢 佳寛	松村 竜太郎 二見 秀一	松村 竜太郎 中澤 卓也
消化器内科			横山 昌幸		新井 誠人 ※2・3	
循環器内科※2・3		北原 秀喜		神田 真人	中里 毅	林 智彦
脳神経内科 (新患は完全予約制)		新井 公人 小出 瑞穂	新井 公人 伊藤 喜美子		本田 和弘 武田 貴裕	磯瀬 沙希里 荒木 信之
呼吸器内科※3			特殊外来(治験)	特殊外来(治験)	特殊外来(治験)	山岸 文雄※2 (第1、3週)
小児科	腎	松村 千恵子 金本 勝義 升田 真依 鵜野 裕一 菅谷 雅人 小林 雅代	※4	※4	松村 千恵子 金本 勝義 升田 真依 鵜野 裕一 菅谷 雅人 小林 雅代	※4
	一般 ※1	※4	担当医	担当医	※4	担当医
外科 移植外科	初診	坏 尚武		(手術日) ※4	坏 尚武	坏 尚武
	再診	坏 尚武 丸山 通広				
整形外科 リハビリテーション科 ※1		田原 正道 橋本 瑛子	(手術日)		勝見 明 萩原 茂生	田原 正道 ※5
眼科		今井 直樹	(手術日)	今井 直樹	今井 直樹	今井 直樹
形成外科 ※1		千明 信一	千明 信一	千明 信一 担当医	千明 信一	
泌尿器科 ※3		加藤 繭子	今村 有佑		仲村 和芳	
歯科	一般歯科	大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子		
	摂食嚥下リハビリ 周術期口腔ケア				大塚 義顕 渋谷 泰子	大塚 義顕 渋谷 泰子

診療受付時間(初診・予約外)・・・月曜日～金曜日 午前8:30～午前11:00
 予約変更専用電話番号 043-264-3593 受付時間 午前9:00～午後4:00
 ※1 午前だけの診療となります。
 ※2 午後だけの診療となります。
 ※3 新規の患者様については受付しておりません。再診患者様については予約制となります。
 ※4 受診を希望される場合は、お電話にてご相談ください。
 お問い合わせは 月～金曜日(平日)午前8:30～午後4:00の間をお願いします。
 ※5 新規の患者様については紹介制となります。再診患者様については予約制となります。