



に と な 便 り

第37号

令和3年4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

新年度のご挨拶

新しい年度の始まりにあたり、ご挨拶申し上げます。

昨年度は新型コロナウイルスとの戦いに明け暮れた1年となってしまいました。幸い今までのところ、千葉東病院にはクラスターが発生せずに済んでおります。これは病院が一丸となって感染対策に取り組んだこと、職員が慎重に行動したこともあります。患者さん、家族の皆様が体温チェック、面会制限などにご協力いただいたことも大切であったと考えております。この場を借りて感謝申し上げます。新型コロナウイルスとの戦いはこれからも続きそうです。流行のレベルによって、色々お願いすることがあると思いますが、今後もご協力よろしくお願い申し上げます。

この1年、新型コロナウイルス感染症対策のために世の中は色々変わりました。特に私が感じていることは、「リモート〇〇」が増えて、人と接する機会が減ってしまったことです。WEBを使った会議も増えました。WEBの方が能率がいいし、感染の心配はないのですが、「雑談」がほとんどないので新しい人間関係を作る機会が減ってしまった気がしております。医療の世界でも、電話診療、あるいは通院間隔が長

くなるなどで受診の機会が減ってしまった患者さんもいらっしゃると思います。感染の機会を減らすための対応はやむを得ないことですが、外来受診の時にはコミュニケーション不足にならずに患者さんとしっかり情報共有することも大切と考えております。

さて、春は新人が就職する季節であります。医療系の大学、学校でも新型コロナ対策の影響が出ていると聞いております。例年であれば、学生時代にも病院実習で患者さんと接するなど医療の現場で然るべき経験ができるのですが、昨年度からそのような機会が制限されてしまっているようです。病院としては、このような新人が一日も早く医療の現場に溶け込めるように指導をし、安心安全な医療を提供できるよう育成してまいります。

今年度も職員一同、感染対策に取り組みながらも、来院される皆様と職員が親しみを持って接することができる環境を作り、よりよい千葉東病院を目指して頑張りたいと思います。宜しくお願い申し上げます。



院長 西村 元伸

目次

院長挨拶……………表紙

病院各科紹介「腎臓内科」……………2

退院前訪問・退院後訪問のご案内 ……3

病院各科紹介「リハビリテーション科」…4

季節の健康レシピ ……………5

重心病棟イベント

「成人祝賀会」

「クリスマス会」……………6~7

医療連携カンファレンスのお知らせ ……7

外来担当医表 ……………8

病院各科紹介

腎臓内科

統括診療部長 今澤 俊之

腎臓内科という科の役割についてまず述べます。

大きく分けると、

1. 腎代替療法（血液透析、腹膜透析、腎移植）
2. 腎代替療法や腎疾患に伴う他の重篤な合併症に陥らないように、正確に腎疾患を診断しそして的確に治療を行う
となります。

当院では、血液透析だけでなく、腹膜透析も県内有数の実績をもっており、また腎移植についても他病院と連携しながらその実施に向け進めていくことができます。また、患者さんとともにどの腎代替療法が各々の患者さんにとって最適かを、専門的な医療スタッフとともに相談して決めることができる「腎代替療法選択外来」もあります。このような外来の重要性は近年広く知られるようになっておりますが、当院では全国に先駆け 10 年ほどの実績を持っています。

一方で、腎臓病の多くは早期に診断し治療を行えば、治療が可能です。腎臓病の怖いところは何だと思いますか？ 答えは、「症状が何も無いこと」です。「え？」と思われるかもしれませんが。症状がないなら怖くないと。しかし、症状がなく進行してしまつて失われた腎臓の機能は現在あるどんな治療でも取り戻すことができないのです。そして、腎機能が悪化すると、上に書いた腎代替療法が必要な状態になる危険性が高いだけでなく、そしてそれ以上の確率で心臓病や脳卒中あるいは死に至ってしまうことがわかっています。

当院では、正確に腎臓病の診断をすることのできる最も重要な検査である「腎生検」の実績が毎年国内トップクラスで、多くの診断依頼を全国から受ける診断医も在籍しております。正確な診断に基づいて、的確な治療を患者さんには受けていただくことができます。健診で、尿たんぱくを指摘されたり、腎機能の低下を指摘されたらなるべく早くかかりつけ医に相談してください。添付した図は日本腎臓学会が出した「ガイドライン」に書かれている、かかりつけ医の先生が腎臓専門医に紹介する基準ですが、ご自身でもこの表をみてかかりつけ医の先生に相談をしていただき、腎臓専門医を受診すべきデータでしたら、お気軽に当院を受診してください（地域医療連携室から新患予約が可能です）。

また腎臓病の治療の一環として生活食事管理は非常に重要です。また先にも書きましたように腎臓病には心臓や血管に重大な合併症を持つ危険が高いので、そういった心血管系の検査をすることが将来の健康を保つために重要になります。当科では、この教育と血管系の評価を1週間できる「慢性腎臓病（CKD）精査教育入院」も行っておりますので、是非ご利用いただければと思っています。

腎臓内科ホームページ QR コード→



原疾患	蛋白尿区分		A1	A2	A3
糖尿病	尿アルブミン定量 (mg/日)		正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿
	尿アルブミン/Cr比 (mg/gCr)		30未満	30~299	300以上
高血圧 腎炎 多発性嚢胞腎 その他	尿蛋白定量 (g/日)		正常 (-)	軽度蛋白尿 (±)	高度蛋白尿 (+~)
	尿蛋白/Cr比 (g/gCr)		0.15未満	0.15~0.49	0.50以上
GFR区分 (mL/分/ 1.73 m ²)	G1	正常または高値	≥90	血尿+なら紹介、蛋白尿のみ ならば生活指導・診療継続	紹介
	G2	正常または軽度低下	60~89	血尿+なら紹介、蛋白尿のみ ならば生活指導・診療継続	紹介
	G3a	軽度~中等度低下	45~59	40歳未満は紹介、40歳以上 は生活指導・診療継続	紹介
	G3b	中等度~高度低下	30~44	紹介	紹介
	G4	高度低下	15~29	紹介	紹介
	G5	末期腎不全	<15	紹介	紹介

かかりつけ医から腎臓専門医・専門医療機関への紹介基準

(出展：エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2018、日本腎臓学会編)

退院前訪問・退院後訪問のご案内

* 退院後訪問は、退院日から1ヶ月以内に最大5回まで訪問可能です。

- 特徴1 入院していた病棟の看護師もしくは退院支援で関わった看護師が訪問します。
- 特徴2 必要に応じて認定看護師（摂食嚥下看護・慢性呼吸器疾患看護・糖尿病看護・認知症看護・透析看護）が同行し、安心して療養を継続するために専門的なアドバイスをを行います。
- 特徴3 ケアマネージャーや訪問看護師、訪問ヘルパーの訪問日に合わせて訪問することが可能です。

退院前訪問では

ADLが低下して自宅の環境調整が必要となった、新たな医療処置が必要となった、在宅酸素を導入した、このような患者さんが安心して自信を持って自宅に退院し、在宅サービス提供者の皆様に引き継ぐことができるように退院前にご自宅に訪問いたします。

退院後訪問では

退院前に訪問した患者さんの他に、在宅用人工呼吸器・在宅酸素療法・腹膜透析・摂食嚥下リハビリ等の患者さんの自宅に訪問し、療養環境の調整や患者さん・ご家族様・サービス提供者の皆様にアドバイスいたします。

入院中に患者さんやご家族様と関わらせて頂いたスタッフが訪問することで安心してご利用頂けます。また、訪問先では当院の認定看護師にご質問やご相談頂くこともできます。患者さんやご家族様を地域全体で支えるための資源の1つとしてご活用下さい。

退院前訪問・退院後訪問をご希望の場合、入院中の病棟もしくは入退院支援センターの看護師までお気軽にご相談下さい。

【ご相談先】

国立病院機構 千葉東病院

入院中の病棟 または 入退院支援センター 看護師

TEL 043-261-5171（代表）

病院各科紹介 千葉東病院リハビリテーション科のご紹介

理学療法士長 船越 修

当院のリハビリテーション科につきまして、ご紹介させていただきます。

スタッフはリハビリテーション科医長1名、理学療法士11名(4月1日現在1名欠員)、作業療法士5名、言語聴覚士3名(4月1日現在1名欠員)の構成となっております。当院リハビリテーションの対象疾患は、当院全診療科を対象としておりますが、入院患者さんのみの対応とさせて頂いております。(1日平均の診療件数 約170件)

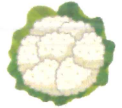
疾患の内訳としましては、整形外科疾患に対するリハビリテーション(変形性膝関節症、腰椎圧迫骨折、足部の手術後など)、神経難病に対するリハビリテーション(筋萎縮性側索硬化症、脊髄小脳変性症、パーキンソン病関連疾患など)、呼吸器疾患に対するリハビリテーション(慢性閉塞性肺疾患、誤嚥性肺炎など)、膠原病・アレルギー疾患に対するリハビリテーション(関節リウマチ、全身性エリトマトーデスなど)、腎臓病・糖尿病疾患の身体機能低下、重症心身障害児(者)のリハビリテーションが主な対象となっております。

これらの疾患に対し、理学療法、作業療法、言語聴覚療法の3部門で治療・訓練を実施しております。理学療法(Physical Therapy:PT)では、ケガや病気などで機能低下を起こした方々に対し運動療法や物理療法を行い、基本的な動作能力の回復、スムーズな日常生活を図ること。進行性の疾患により徐々に機能低下をきたす方々に対しては、機能維持や様々な補助具(杖・歩行器・車いすなど)の適応を検討すること。先天性等の疾患による発達障害の方々に対し、補助具の適応や運動発達支援などを行っております。作業療法(Occupational Therapy:OT)は、障害のある方に対して作業活動(日常生活活動全般を指しています)による治療・援助を行い、主体的な生活の獲得を図ることを目指すリハビリテーションです。同時にその方の障害状態に応じて、様々な補助的器具等(日常生活援助機器や意思伝達装置など)を用いて生活の質の向上を図っています。言語聴覚療法(Speech-Language-Hearing Therapy:ST)では、コミュニケーションや食べることに障害を持つ方々の言語や摂食・嚥下機能の獲得・回復・維持を支援し、機能的な側面と同時に生活の質を高めるためのリハビリテーションを行っております。

入院リハビリテーションにつきましては、該当される疾患の診療科医師へご相談下さい。



季節の健康レシピ ロールキャベツとカリフラワーのトマト煮



～材料 (2人分)～

キャベツ	240g(大きい葉4枚)	
合いびき肉	150g	
玉ねぎ	40g (1/4個)	
A	卵	1/2個 (25g)
	パン粉	大さじ3 (10g)
	牛乳	大さじ2 (30g)
	食塩	ひとつまみ(約0.6g)
	こしょう	少々
カリフラワー	30g	
ブロッコリー	30g	
B	カットトマト缶	80g
	水	1/2カップ(100cc)
	顆粒コンソメ	小さじ2/3 (2g)
ケチャップ	小さじ2 (12g)	
生パセリ	少々	



栄養価 (一人分)
・エネルギー201kcal
・たんぱく質22.2g
・脂質5.6g
・カリウム796mg
・食塩相当量1.1g



キャベツの葉をきれいにはがすコツ

キャベツの芯をくりぬき、葉の隙間から流水を静かに流しながらはがすと破れにくい！

～作り方～

- ①キャベツの葉を4枚はがし、芯をそぐ。玉ねぎとキャベツの芯はみじん切りにする。カリフラワーとブロッコリーは小房に切る。
- ②キャベツの葉を柔らかくなるまで茹で、広げておく。玉ねぎとキャベツの芯・カリフラワー・ブロッコリーは耐熱ボールに入れ、軽くラップをかけて電子レンジで3分加熱し、玉ねぎとキャベツの芯のみみじん切りは冷ましておく。
- ③合いびき肉に、玉ねぎとキャベツの芯、Aの材料を入れ、粘り気がでるまでよく混ぜ合わせる。
- ④③を4等分にし、俵型に成形する。キャベツ葉の上に乗せ、巻いたら爪楊枝で固定する。
- ⑤鍋にBの材料を入れ煮立たせたら、④を隙間なく並べ、中火で煮てあくをとる。
- ⑥ソースを具材にかけながら煮立たせた後、落しブタをして弱火で20分煮る。
- ⑦サラダ菜を敷いた皿に肉巻きを盛りつけ、上に万能ねぎと白ごまをかけ、脇にトマトを添えたら完成！



エネルギー制限の方

合いびき肉を鶏のささ身肉に代え、一口大の大きさに切って使用することでエネルギーを約80kcal/人減らすことができます。

カリウム制限の方

カリフラワーとブロッコリーを電子レンジでなく、茹でて加熱することで、カリウムを減らすことができます。

たんぱく質制限の方

肉を100gに減らし、コーン缶50g加えてタネを作ることで、たんぱく質を減らすことができます。

食塩制限の方

肉に混ぜる下味の塩をなくし、Bのソースを半分量にすることで、食塩相当量0.6g/人減らすことができます。



～千葉東病院 栄養管理室～

重症心身障害病棟「成人祝賀会」

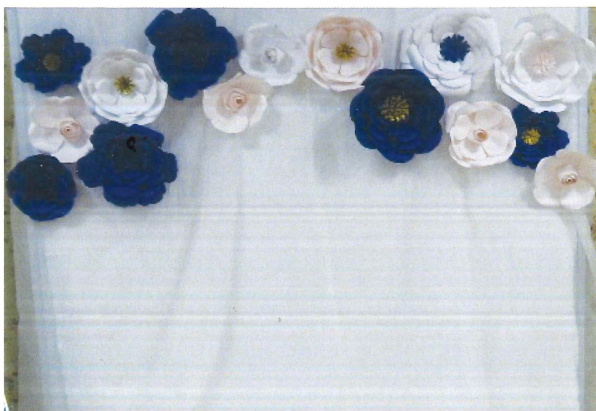
療育指導室 保育士 齊藤 のどか

今年度は1名の方が成人を迎えました。式典にはご家族の出席も予定しておりましたが、COVID19（新型コロナウイルス）の影響でご本人のみのご出席となりました。

病院関係者には医師1名と病棟職員が数名列席してくれました。会場は、ご本人が日々過ごしている病棟内での開催とし、普段の病棟デイルームに花などの装飾を行い華やかな雰囲気を出できるように準備を行いました。ご本人は着慣れないスーツを身に纏っていましたが病棟職員の暖かな拍手の中、成人者らしい堂々としたお姿で参加されていました。

式典にご出席できなかったご家族からのメッセージは司会者が代読しました。ご本人にはご家族からのメッセージがあることを秘密にしていた為、司会者がメッセージを読み始めた際に少し驚かれているような表情が見られました。また、ご家族からの想いをしっかりと感じ取っている様子も見られました。列席した私たち職員も、ご両親からの深い愛情が感じられるメッセージに胸が熱くなりました。最後に出席者全員で『世界にひとつだけの花』の歌を贈らせていただきました。ご家族やご友人など、たくさんの人の深い愛情に包まれて成人を迎えられたA様の咲かせる花は暖かな花なのでしょうね。

祝
新成人
おめでとう
ございます



重症心身障害病棟 病棟療育『クリスマス』

療育指導室 保育士 伊藤 綾夏



重症心身障害病棟では毎週火・水・金曜日の午前中にチーム毎に10名以下の利用者さんがデイルームに集まって病棟療育を行っています。

12月と言えばクリスマスを始めとしたたくさんの行事があります。そこで重症心身障害病棟でも、一年の締めくくりにぴったりの内容を、病棟療育に取り入れました！

前半は、星や靴下の形をした画用紙にシールを貼って作る、クリスマスのオーナメント作製の時間です。

病棟職員も一緒に参加し、2020年がどんな年であったか、また2021年の抱負などを利用者さんと話しながら各々個性あふれるオーナメントを仕上げていきます。仕上がった方からツリーに飾り付け！ツリーが次第に手作りのオーナメントで賑やかになっていきます☆

後半は、前半とは反対にしっかりと灯籠鑑賞の時間です。12月という一年を締めくくるこの月に、灯籠を用いて言い伝えや季節の情景を思い浮かべながら日本の一年を辿ります。1月は鏡餅、2月は節分…と順番に灯籠を点灯していき、12月はツリーが点灯！飾り付けたオーナメントも雰囲気華を添えます！最後は各病棟で看護師や療養介助員が利用者さんと作った制作物にも灯りをつけて鑑賞し、穏やかな時を過ごしました。



医療連携カンファレンスのお知らせ

千葉東病院では、医療連携して頂いている医療機関の皆様を対象に「医療連携カンファレンス」を開催しております。

次回の開催予定日と講演内容の予定をお知らせいたします。

日時：令和3年6月9日(水) 18:30～19:30(開場18:00)
開催方法：Microsoft社Teamsを使用したオンラインカンファレンス

演題1 「二次性高血圧を見逃さないために」

解説：どのような症例に対してどのような検査で一次スクリーニングをするのかを内分泌性高血圧を中心に解説します。

演者：千葉東病院長 西村 元伸

—千葉東病院 地域医療連携室からのお知らせ—

演題2 「神経疾患の転びかた」

解説：転倒を繰り返す原因として神経疾患を疑うポイントについてパーキンソン病関連疾患を中心に解説します。

演者：脳神経内科医長 伊藤 喜美子

※開場時間から当院PCに接続できるようになり、18:30から開演となります。

※参加方法などご不明な点は、下記までご連絡ください。

●本件のお問い合わせ先

千葉東病院経営企画室 経営企画係長あて

電話：043-261-5171 (平日8:30～17:15)

e-mail：212-renkei@mail.hosp.go.jp

外来診療担当医表

令和3年4月1日

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 田邊 淳※2 兵頭 正浩※2	首村 守俊 福田 亜純※2 諸岡 瑞穂※2	今澤 俊之 川口 武彦※2・3	森本啓太※2	川口 武彦
リウマチ・アレルギー科		松村 竜太郎 前澤 裕子	中澤 卓也	松村 竜太郎	大矢佳寛 二見 秀一	松村 竜太郎 中澤 卓也
消化器内科			大池 翼			
循環器内科	午前			上枝 弘雄		
	午後	北原 秀喜※3				北川真理※3
脳神経内科 (新患は完全予約制)		新井 公人 常山 篤子	新井 公人 伊藤 喜美子 國分 さゆり		本田 和弘 武田 貴裕	磯瀬 沙希里 荒木 信之※3 石川 愛
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 鶴野 裕一 小林 雅代	※4	※4	松村 千恵子 金本 勝義 升田 真依 鶴野 裕一 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	丸山 通広	坏 尚武			
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		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 担当医	千明 信一	千明 信一	
泌尿器科※3		今村有佑			小宮 顕	
歯科	一般歯科 ※4、※5	大塚 義頭 渋谷 泰子	大塚 義頭 渋谷 泰子	大塚 義頭 渋谷 泰子		
	摂食嚥下 リハビリ 口腔ケア				大塚 義頭※5	大塚 義頭※3 渋谷 泰子※3

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 午前からの診療となります。

※2 午後からの診療となります。

※3 新規の患者様については受付けておりません。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。