



かしま

HOT 通信

6月号 Vol.389

令和7年（2025年）6月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室
■発行/社団法人 養生会〒971-8143
福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088ホームページ <https://www.kashima.jp>

かしま病院

検索



スマートフォンをご利用の方は、

QRコードを読み取り、アクセスしてください。

PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。



ご意見・ご感想は...

上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。

かしま病院広報企画室 まで
kouhou@kashima.jp1
2

巻頭特集

「患者・家族のための
慢性腎臓病外来」のご紹介

3

「看護の日」と「喫茶いとち」との
コラボイベント開催!!

コラム ひんがら目 (216)

『医療界での多様性の危うさ
チーム医療では責任分担を明確に』
呼吸器科 部長 山根 喜男

4

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

痛くない!見られない!
無痛MRI乳がん検診のご紹介

かしま荘通信

認定看護師による 勉強会のお知らせ



日時 令和7年6月18日(水) 18時~19時

会場 かしま病院コミュニティーホール

講師 荒木 美穂 (がん化学療法看護認定看護師)

内容 がんの基本について学んでみませんか?~予防から治療まで~

申込み ▶ 当院ホームページから参加申し込みができます。



講師からのコメント



現在、日本人の2人に1人は一生のうちに何らかのがんになるといわれています。がん薬物療法は、がん3大治療法の一つとされ、治癒や症状の緩和、がんを抑えることを目的としています。がん治療の基本を知り、個々に合った治療に備えていきましょう。

巻頭特集

「患者・家族のための 慢性腎臓病外来」のご紹介

慢性腎臓病は、国内の患者数は1500万人を超えると推定され国民病ともいわれています。一般の方々の視点からは、「腎臓病とは大変な病気だ、透析は大変つらい治療だ」という印象を持つ方は少なくないようです。

しかし、国内では、2005年以降に本格化した国を挙げての腎臓病対策のおかげで、現在、透析も含め腎臓病の予防・治療は進歩し確実に成果が上がっています。腎臓病を疑われた方は、まずは専門施設を受診し適切な指導を受けるよう関係学会や専門医から推奨されています。

腎臓病は慢性の経過をたどる場合

開設の目的

が多いです。このため、長い経過の中で患者さんの状態や状況に応じて治療内容を変える必要があり、投与する薬剤の種類や量、食事や生活習慣に関する指導内容も調整していきます。一方、患者さんは日々の生活の中で、様々な社会活動をしている以上、ご自身の生活のすべてを病気療養に充てるわけにはいきません。腎臓病治療においては、治療と生活を無理なく両立していくことがポイントとなります。しかし、これが出来ないために腎臓病の治療自体がうまくいかなくなる方は少なくないのも現実です。

「患者と家族のための腎臓病外来」はかかる背景を踏まえ開設するものです。患者さんとご家族にとっての最善の治療を共に考え、納得して生活と人生(養生)を両立できるよう支援します。

担当医のご紹介

かしま病院 慢性腎臓病外来
中山 昌明 医師

プロフィール

いわき市中之出身。磐城高等学校を経て、1984年に東京慈恵会医科大学を卒業。国立国際医療センターにて研修後、慈恵医大、東北大学、福島県立医科大学にて主に腎臓病の診療や研究に従事し、2018年から聖路加国際病院・腎臓内科部長・腎センター長を担当した。定年後も、腎臓・透析関係の診療支援、研究開発に関わり活動中。現在、非営利法人日本腹膜透析医学会理事、一般社団法人電解水透析研究会理事長。

主な資格

- 日本内科学会認定内科医
- 日本腎臓学会腎臓専門医
- 日本透析医学会透析専門医

腎臓とは、体内の老廃物を尿として排出し、ホルモンバランスや体内の濃度を調整するなど、身体の中で非常に重要な役割を担う臓器です。

今月号の巻頭特集では6月2日(月)より新設されました、「患者・家族のための慢性腎臓病外来」をご紹介します。

腎臓の役割とは？

私たちの体は常に老廃物（食べ物のごみ、代謝物）が産生されていますが、これを除去して、体内の水分やミネラルの状態を一定に保つ役割をしているのが腎臓です。社会システムに例えるなら下水浄化の機能と言えます。心臓から出ていく血液の25%は腎臓に流れていきますが、血液は腎臓で濾過され清浄な状態となります。この働きを担うのが腎臓の中にある糸球体で二つの腎臓に100万個、処理される血漿量（血液の水の分画）は、健康な方で1分間あたり100ml程度です（糸球体濾過量：GFR）。私たちは毎日水を飲み、塩分やカリウムなどが、これらの体内量を過不足なくバランスを維持しているのも腎臓です。また、骨を強くし、貧血改善、血圧調整、さらには老化の調節をしているのも腎臓です。このように、腎臓は目立たないながらも、体全体の調節を行っている極めて重要な臓器なのです。

慢性腎臓病とは？

国内に1500万人ともいわれる慢性腎臓病（CKD）とは、腎臓が慢性的に傷んでいる状態を指します。

表1 参照

慢性腎臓病だからと言って自覚症状があるとは限りません。腎機能が相

慢性腎臓病とは？

表1

該当者	①検尿検査で蛋白尿が陽性 ②腎臓の機能（糸球体濾過量）が正常の60%未満
原因	慢性の腎炎、遺伝性の腎疾患、高血圧、糖尿病、肥満、高脂血症、高尿酸血症など。生活習慣病由来の割合が圧倒的に多い。

慢性腎臓病の治療

表2

減塩	適正血圧の維持
理想は6g未満。 まずは8gを目標に。	腕で計測するタイプがオススメ。 朝、朝食をとる前の血圧が130mmHg以下（個人差あり）

透析治療とは？

表3

	血液透析	腹膜透析
通院頻度	週3回専門施設に通院。	月1回専門施設に通院＋在宅医療（自宅や職場で実施）
治療について	1回あたりの治療時間 Ⅱ 平均4時間	基本毎日治療を行う。 就寝中に実施する方法あり

かしま病院 慢性腎臓病外来について



診察日 第1・3・5月曜日



診察時間 13:00～15:00
受付時間：12:30～14:30



予約制 0246-58-8010（代表）
までご連絡ください。

予約対応時間：13:30～16:30 / 月～金
（祝日は除く）

当低下するまで症状がない方は珍しくありません。しかし、推算GFRで15ml/分未満と高度に低下してくると、全身に様々な症状が出てきます。むくみ、食欲低下、吐き気、不眠、イライラ感、しびれ感、呼吸苦などです。

このような症状は尿毒症といいますが、これは腎機能の低下に伴って、体内に老廃物や余分な水分が蓄積し、ミネラルバランスが崩れるために出現するものです。

腎臓は血管、脳、心臓と情報を互いにやり取りして体の調節を行っています。慢性腎臓病ではこの調節機能が障害されますので、心臓や血管系の病気を発症する危険性が増すことがわかっています。心血管病を発症すると、それが腎臓に負担となって、腎機能の低下が進みます。これがまた心血管病の発症の危険性を増すという悪循環を形成します。この病態は前述した老廃物の蓄積の程度とは必ずしも関わらないことに注意しなければなりません。

慢性腎臓病の治療

腎臓に特有の病気であれば、それを狙い撃ちにした治療を行うことが必要です。たとえば、ある種の腎炎に対する副腎皮質ホルモンであるステロイド治療などです。生活習慣病がある場合、これを是正することが腎臓病の進行を抑制し改善させる基本となります。この中で、肥満の是正、血圧の管理、食事療法―特に減塩は治療の根幹となるものです。さらに、喫煙者であれば禁煙は必須です。喫煙は腎機能を低下させるからです。

生活習慣病に由来する慢性腎臓病例では、尿蛋白が陽性か否かは大変重要なポイントです。尿蛋白が陽性の

透析治療とは？

前述した治療を行っても尿毒症症状が出現し増悪するような場合、そのまま見ていけば命にかかわってくる可能性が出てきます。これに対する治療

方は腎機能の低下が進みやすいことがわかっています。尿蛋白は、塩分摂取量、血圧管理に大きく影響されます。

腎機能が高度に低下した時には、蛋白制限、カリウム制限など特殊な食事療法が必要となる方もいます。中には、過度な食事制限をする結果栄養状態が低下して体を痛めてしまう方もいますので、主治医の指示に従って適切に実施する必要があります。

法として腎代替療法があります。これには、透析治療と腎移植があり、さらに透析治療には、血液透析と腹膜透析の二つのやり方があります。

いずれの治療も世界的にきちんと確立された治療法であり、希望があればいずれの治療も受けることができます。現在、国内の透析患者数は33万人を超えており、毎年4万人程度の方が新たに透析治療を開始しています。

表3 参照

これらの二つの治療法の選択は、医学的な理由だけでなく、患者さんのライフスタイルに合わせて選択されるようになっています。具体的には、お仕事や家事を優先したい方、旅行や趣味のために時間的制約を受けたくない方、高齢の方で自宅や施設での生活時間を重視されている方などは、腹膜透析を選択する方が多いです。

執筆 中山昌明 医師



「看護の日」と「喫茶いとち」との

Nursing Day

コラボイベント開催!!

Cafe itochi



5月12日（月）外来棟入口にて看護の日のイベントを開催しました！今年も昨年に引き続きコミュニティカフェプロジェクト「喫茶いとち」とのコラボイベントを開催しました！



看護の日

Nursing Day



今年は、看護師による血圧、体脂肪率の測定、手洗いチェックカーを用いて洗い残しがないかのチェック、管理栄養士による栄養相談を行うコーナーを用意し、嘔吐時の対応、手洗い方法の映像を外来受付のテレビにて放映しました。

看護師と管理栄養士からは、「毎日三食を同じ量同じ時間に食事をするとよい」「甘いものを控えてウォーキングのような軽い運動をしてみましょう」といった健康増進へのアドバイスを送っていました。

参加した方からは「普段血圧を測らないから自分の血圧を知ることができた」「手洗いをしてみても自分の手の洗い残し、手洗いの癖を知れてよかった」との声をいただきました。



喫茶いとち

Cafe itochi



喫茶いとちでは、患者様や職員が院内でちょっとした時間にひと休みとコミュニケーションができる憩いの場として、毎月コーヒーなどの飲み物を無料で提供しています。

今回は診察や会計、お薬待ちの患者様や、看護の日のイベントに来ていただいた方へ無料でコーヒー、麦茶、紅茶を提供しました。コーヒーは「養田珈琲」さんの豆を挽き、バリスタ経験のあるいとちプロジェクトのメンバーが挽きたてのコーヒーをふるまいました。

利用した方からは「待ち時間に温かいものが飲めるのがいいね」「おいしいコーヒー飲みながら看護師さんとお話できてよかった」と感想をお聞かせいただきました。

医療界での多様性の危うさ

チーム医療では責任分担を明確に

87歳のKさんは、2年前に歩行時の息切れに気づき、かかりつけのA先生に診てもらったところ右胸に大量の水が貯留していることがわかりました。

当科に紹介され外来で胸腔穿刺を行いましたところワインレッドの胸水を認め1800ml除去しました。胸水の細胞診では悪性細胞は認めませんでした。2週間後に胸水が再貯留しましたので2度目の胸腔穿刺をし、今度は2300mlの血性胸水を除去しました。この時の細胞診で悪性細胞が確認されました。改めて入院し、胸腔ドレーナージを行い血性の胸水を2700ml除去したのちに抗がん剤とビシパニールを胸腔内に注入し、胸膜癒着療法を行いました。この時の胸水の細胞診で大細胞癌と診断されました。肺内には数カ所にわたる小腫瘍が残りました。悪性細胞の遺伝子変異やPD-L1の検査をしました。たがいずれも陰性でした。

Kさんは高齢であり抗がん剤による治療は諦め経過観察としました。小暑がかかりつけ医として最期まで全責任を取ることに決め、それまでA先生から貰っていた高血圧の薬も当科で出すことにしました。

経過観察中の癌の進行はゆっくりでしたが、1年半経過した頃、尿が出なくなり救急外来を受診されました。泌尿器科のB先生に診てもらったところ前立腺癌が疑われ、精査目的でC病院の泌尿器科に紹介されました。

小暑としては、肺の病変も前立腺癌によるものかも知れないと思いましたので、C病院での治療が主になると思い今後のすべてをお願いすることにしました。そのさい高血圧の薬もC病院で投与されるものと思いましたが、ところが3カ月後にKさんが高血圧の薬を



求めて当科に見えました。C病院からの情報はなかったのですが、Kさんの話では前立腺癌の診断で注射と内服治療が始まったとのことでした。小暑としては肺の病変はどうなったのか気になったのですが、Kさんの話ではC病院では肺の検査は全くされてなく、高血圧の薬も出してもらえませんでした。

肺の病変が気になったので当院でCTを撮りましたところ肺の病変がごくごく縮小していました。

ひょっとしたら胸水も肺病変も前立腺癌の転移の可能性がります。その旨を改めてC病院に情報提供しました。

いっそのこと、肺病変も、高血圧治療もすべてC病院に一括された方がよいと思います。が、C病院の先生がそう考えるかどうかはわかりません。

患者さんは医者の方の言葉にまよって病院を移動していますが、病棟の医師がごまかす責任を持つのは、個々の医師で考え方が違います。

ある医師は、自分の専門領域のみを診療しそれ以外の部分には全く関与しません。その患者さんに他の医師がどう関わっているかにも無関心です。また、別の医師は他の医師がどうしているかが関係なく、今後の診療方針を自分だけで決めます。

理想的には、複数の医師が連携あつて役割分担を決めればよいのですが、現実にはそうはされていません。医師の考え方に多様性があるからです。

多くの患者さんは、医師の世界には共通認識があるだろうと思っているようでして、現場では誤解が生じます。

現代は多様性が尊重されていますが、多様性を認めるとチーム医療の中では混乱が生じます。責任分担をきちんと確認しましょう。

（呼吸器科部長 山根喜男）

お知らせ

ひんがら目は次回で最終回となります。次号の巻頭特集で著者の山根先生へのインタビュー記事を掲載しますのでお楽しみに！

ようこそ 家庭医療へ!

～ いわきに生きる家庭医育成への挑戦 ～

第184回 「手洗いの父」の不遇な人生

石井 敦 病院長



Ignaz Philipp Semmelweis
1818～1865

現代において、手指消毒や手洗いの効果を疑う方はあまりおられないと思いますが、実は最初に手洗いの効果を実証し、世に広めようとした「手洗いの父」とも言うべきハンガリー人医師センメルヴェイス先生は、先見の明に長け過ぎたあまり、不遇な人生を歩んだようです。

19世紀中頃、産褥熱の発生数が多く産婦の死亡率も高いものでした。特にセンメルヴェイス医師が勤務していたウィーン総合病院では、助産師による出産と比べ死亡率が3倍も高く、そこに着目し調査研究した彼は、1847年、産科医が手指消毒することで劇的に産婦の死亡率を下げる事が出来ることを発見し、「産褥熱の病理、概要と予防法」と題した本にまとめて出版し、死亡率を1%未満にまで下げられる科学的な証拠を数多く示しました。

ところが、この方法は当時の医学界に受け入れられず、挙句の果てに、彼は医学界から追放されてしまいました。その後、パスツール氏が有名な細菌論を確立し、センメルヴェイスの理論の正当性が広く認められるようになりましたが、それは彼の死後数年経ってからのことでした。

実は日本では、家庭医・総合診療医が医学界において十分に受け入れられないまま、長い月日が経過してしまいました。それでもその必要性和重要性を訴え、実践し続けてきた多くの偉大な先人たちの存在のおかげで、医学界から追放まではされずに どーにか こーにか 絶滅せずに細々と生き延びてまいりました。医学界全体から見ると、まだまだ肩身が狭い存在ではありますが、一部のマニアからは着実に認められつつもあります。近い未来には、手洗いと同じように、誰にとっても身近で当たり前で、なくてはならない存在として世に広く認められるようになってみせましょう!

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



第171回

物忘れと認知症状について

梅雨になり、健康にはより一層気を使っていきたい季節となりました。今回のテーマは「物忘れと認知症」についてです。最近、物忘れがひどくなったと感じることはありませんか? 物忘れは、放っておくと、忘れたこと自体も覚えていないような状態になってしまいます。これがいわゆる認知症です。認知症になると、日常生活に支障が生じ、家族の支援が必要な状態になってしまう場合もあるため、早期の予防が大切になります。物忘れは、認知症の前兆である可能性があるため、心当たりのある方は今から紹介する予防法を試してみてください。

日記をつけて、日付やその日の予定や出来事などを書くようにしま

しょう。書くこと自体が脳の活性化に繋がり、書くことで経験を記憶しやすくなります。万が一忘れてしまっても、自分が書いた文字をみることで、自分の経験であったと納得することができます。思い出の写真があれば、日記と一緒に記録しておきましょう。更に記憶の強化に繋がります。自分で書くことが難しい場合は、家族に確認してもらうことも良いでしょう。日記を書くことで、物忘れの時には、記憶の補助や予防として活用することができます。万が一認知症になってしまった時も、日記帳を見ることで、自分の経験を振り返ることができ、本人の安心にも繋がります。

また、このように物忘れの段階で対策をしておくことで、認知症の予防に繋がってゆきます。今回ご紹介した予防法の他にも、適度に運動したり、家族と会話をしたり、コミュニティへ参加をしたりすることも大切なことです。

作業療法士 長岡佳奈江



かしま荘通信

スポーツ大会開催!

5月14日(水)



5月14日(水)約7年ぶりに屋上でスポーツ大会が開催されました。

紅白に分かれ、玉入れや障がい物競争等を行いました。歓声を上げながら身体を動かし、皆様に楽しんでいただけた様子でした。

痛くない! 見られない! 無痛MRI乳がん検診のご紹介

2023年9月から開始以来、20代～80代の約450名の方に検査を受けていただきました。乳がんは、早期発見が大切です。自分の体を守るためにも検査を受けてみませんか?

見え方について



検査時間について

- 火 15:00～15:30
- 木 14:00～15:00
- 土 10:30～11:30
- 撮影時間は約15分
- 来院してから会計まで40分程度で終了

予約方法について

① QRコードを読み取り必要事項を入力してご予約

② かしま病院健診センター

☎0246-58-8090 月～金 9:30～16:30 / 土 9:30～12:00



詳細は、かしま病院ホームページ(無痛MRI乳がん検診紹介ページ)をご覧ください!