

2020.July
第37号



医療法人 腎愛会



腎愛会ニュース

上山病院

内科 腎臓内科 人工透析内科 循環器内科 血管外科

うえやま腎クリニック

内科 人工透析内科 形成外科

腎愛会ニュース 第37号に寄せて



中島 悟

皆様、日頃より大変お世話になりありがとうございます。

私のことをご存じない方もたくさんいらっしゃると思いますので自己紹介からさせていただきますと思います。

私は、生まれも育ちも福岡県福岡市で、鹿児島大学入学にあたり鹿児島に参りました。人生の半分を鹿児島で送らせていただいています。

2018年の8月から非常勤医師として上山病院で勤務させていただきました。そして、2020年1月より常勤医師として入職させていただいています。入職して間もなく新型コロナウイルスが流行し、慌ただしい中での勤務がスタートしました。その中で、あらゆる職種の職員が会議を重ね、知恵を出し合い

奮闘する姿を見ることができました。幸い、当院の患者様・職員から新型コロナウイルス感染者は出ておらず、現時点ではほっとしているところです。ただ、今回の新型コロナウイルスの流行で感じたことは医療資源、介護等の社会資源も人もモノも有限なものであり、大切に利用すべきものであるということでした。現在でも、新型コロナ感染症は終わっていませんが、収束後もいつか生じることと思います。そのためのために、地域の方と一緒に頑張り、乗り切れるようなシステムの一旦が担えるようになれば良いな、と感じました。

今、腎愛会での患者様中心の医療や地域の皆様のお役に立てるための組織作りがされており、その中で温かさを感じながら診察させていただいております。私の専門領域としては透析、リウマチ・膠原病とプライマリケアです。これまで腎臓が悪い膠原病患者様が行き場を失っているのをしばしば見てきました。入職当初はそのような患者様の受け皿になれたらな、と感じておりましたが、それだけではなく少しでも幅を広げて私自身が患者様と地域の皆様のお役に立てるように成長したいと思います。

これからも感謝することを忘れずに診療して参ります。

今後とも、ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

医療法人 腎愛会 上山病院

医師 中島 悟

腎愛会ニュース 37号 Contents

- 1.腎愛会ニュース 第37号に寄せて
- 2.腎愛会 マスク製作プロジェクト
- 3.腎愛会のあゆみ
- 4.ビューティー・コア・サポート★コラム⑫
- 5.たつる名誉会長の何でも相談室！
- 6.じんあいレシピ
- 7.地域連携室日記
- 8.腎愛会 INFOMATION

腎愛会 マスク製作プロジェクト

世間でマスク不足が言われ始める前、私も早めにマスクを購入していましたが、毎日使っているとあっという間に足りなくなりました。そんな時、手作りマスクの作り方を YouTube で見られることを知り、裁縫などあまりしたことがなく作れるか不安でしたが、出来るかも！と作る決断をしました。

早速、材料を買いに行き、何度も YouTube を見ながら作成しましたが、思ったよりも難しく、手作りしようと思ったことに後悔しました。けれども、子供が自分で選んだ生地で作ったマスクを喜んでくれたので、次はもっと上手く作るぞと意欲が湧いてきて、その後も色々々と挑戦しています。

そんな中、病院でも同じようにマスク不足となり、マスクは必要な部署にあて、多くの部署は手作りマスクで対応することになりました。早めに動いたのが功を奏し、全職員分を作成できるだけのガーゼ生地が購入出来たため、3月中旬『腎愛会マスク制作プロジェクト』が始動しました。有志を募り、職員の皆さんから提供されたハギレなどの材料、ミシン、アイロンを使用して、分業制（裁断、アイロン、待ち針、ミシン）で制作



マスク製作の様子

すること約2週間、200名分のマスクが完成し全職員に配布できました。カラフルなマスクで業務をしている姿を見ると、明るい気持ちになれます。（創作意欲を刺激したのか、その後もそれぞれで様々なマスクを作成しているようです）

たくさんの協力の元にてできた、この腎愛会の温かいマスクでコロナに負けないように、これからの季節は熱中症にも気を付けて頑張っていきたいと思います。

上山病院 事務部 上村 菜津季



腎愛会のあゆみ

■腎愛会 30周年記念誌「邁進」(平成23年刊行)より「開院30周年によせて」花菌 昌子さん(当院職員)



当時の花菌さん

創立30周年、本当におめでとうございます。クリニックからスタートし、上山病院・じんあいクリニック、腎クリニックと規模を拡大し、現在の上山病院と腎クリニックの2本柱となるまでの道のりは大変厳しいものだったと思います。上山理事長はじめ今までこの病院に携わってきたすべての人の思いと努力があったからこそこの今だと考えると、とても身が引きしめる思いです。

私が腎愛会の職員として勤務することになったのは、平成18年9月のことでした。採用面接の時、数年後に新病院建設の予定があり、ハードだけではなくソフト面さらに充実させる計画であるという話を聞き、大変だけど新しいことができるというわくわくを感じたことを思い出します。自分に何かできるのか不安もありましたが、前へ進めの精神でした。

最初は旧病院の透析室勤務となり、おもに入院透析の患者様を中心に関わりました。そこで一番の思い出は、足病変の悪化が全身状態の悪化に拍車をかけ、亡くなってしまった患者様のことでした。当時のスタッフと、足病変について学習を重ねました。そして、早期に足病に気付いてケアすれば、進行を遅らせたのではないかとの思いから、足の観察とフットケアの取り組みを始めました。透析中や送迎までの時間を利用し、足のケアを行うスタイルは、今も外来透析室に根付いています。病の進行を食い止められず、切断や死の転機を取る患者さまもいますが、足を守ろうというスタッフの姿勢で、助かっている人も多く感じています。

次に腎クリニックに1年間勤務しました。ここでは最新式の通信システムを利用した透析や当院が誇るオンラインHDFを体験しました。

そして昨年4月に病棟移動となり、病棟管理者として新病院移転の準備から引越し、3階透析室オープン、機能評価受診準備に携わってきました。病棟のスタッフにとって透析業務は未知の世界の人が多く、プライミングや穿刺の介助、回収など、取得しなければならない技術に、みな必死に取り組み、今では多くスタッフが、2階スタッフとともに透析室の業務を任せられるまでになりました。困難なことがあるとき、それを乗り越えたら、人は必ず成長します。私自身もこれでいいのか不安になったり、開き直ったりの日々でしたが、その度に周囲の上司や先生方、スタッフと話し合いを持ち、問題を解決してきました。今、腎愛会は病院機能評価という大きな目標に向かっていきます。全体で330もの項目をクリアしなければなりません。評価のために様々なマニュアル整備や仕組みの構築が必要です。関係部門との調整も必要で、大変な労力を伴う作業です。くじけそうになるときもありますが、やり遂げたときの達成感を楽しみに取り組んでいきたいと思っています。一人では大きなことはできないけれど、みんなが集まって気持ちを合わせれば不可能も可能になります。今後この腎愛会がますます発展し、多くの患者さまやその家族に必要とされ、選ばれる病院になるよう、職員一丸となって努力していきたいと思っています。

ビューティー・コア・サポート★コラム⑫

皮膚皮下（爪や足など）のトラブルは早期解決に限る

2020年はコロナウイルスが世界中で流行し、いまだ終息せず、社会生活そのものを揺るがす大きな出来事となっています。その結果、多くの仕事のリモート化が進んでおり、医療においても同様にオンライン診療が広く普及することになりました。ですが手術に関しては、いくらロボット医療が進んでもまだしばらくは完全な遠隔操作やロボットのみでの手術は難しいでしょう。形成外科は皮膚や皮下の腫瘍（出来物）を手術や炭酸ガスレーザー等で、美容や機能面にも注意を払いながら対応していくことに特化した科です。皮膚のトラブルで全く悩みがない、という人は珍しいでしょう。しかし多くの方が何かしらの出来物ができても、結構な時間が経過してから来院される事が多いのです。その理由は①小さくなると思った、②手術・施術が怖くて受診できなかった、この2つに集約されるようです。確かに時間と共に小さくなり落ち着くこともあるのですが、徐々に大きくなる時は更に大きくなる可能性があります。大きくなるとその分よけいに傷跡が長くなりますし、更に痛みが増える原因にもなります。また感染すると、正常組織へのダメージが増し、目立つ傷跡になる可能性が高くなります。綺麗な傷跡にすることにも、大きな重きを置いている形成外科医としては、できれば早くおいで頂けると嬉しいなと思います。皮膚、皮下の部分は人にとって外から身を守る防御壁である一方で、個々の美と健康を映す、表すものでもあります。是非大事に美しく保持していきましょう。爪や足のトラブルは別かと思われがちですが、いいえそれも形成外科医の腕が鳴るところです。やはり早め早めの治療のほうが結果が良いので、何か気になる事がありましたら、是非ご来院頂ければと思います。

ビューティー・コア・サポート★ 担当医師 上山 菜穂



たつる名誉会長の何でも相談室！

腎愛会名誉会長 新村健（にいむら たつる）の執筆アーカイブをお送りいたします。

■脈の乱れ

貴方は自分の脈を取った事があるでしょう。左の手首のところに右の人差し指と中指を当てて、橈骨（とうこつ）動脈の脈拍がドキドキと打っているのを触れられたと思います。心臓から血液が全身に送り出される時の拍動が手首に伝わっているのです。脈拍は手首以外のところでも、例えば側頭部・首・股関節・足背などでもよく触れます。正常成人では、脈拍数は個人差がありますが安静時は大体、約60～80前後です。そして運動すれば脈は増加しますし心臓がドキドキします。

「脈が乱れる」とよく言いますが、これは「不整脈」が出たときのことを言います。心臓の鼓動は、洞結節（どうけっせつ）と言う心臓の上部にあるところで歩調取りを行っています。しかしその洞結節は脳の視床下部の自律神経が支配していますので、びっくりしたり恥ずかしかったりすると、心臓が早打ちしてドキドキするのはそのためです。

脈が乱れると言う時は不整脈が起こっているときなのですが、不整脈には正常の時に無害なものから、病気に起因するものまで沢山の種類がありますし、その鑑別はなかなか困難な問題ですし、われわれが何時も悩まされていることです。

「期外収縮」（心房性と心室性の場合があります）と言うのがあり、最も普通に見られますし、かつ正常の場合も多いです。期外収縮が出たときは、これは自分で自覚する場合がありますが、全く気付かない場合も多いです。しかし24時間心電図と言うのをとりますと、時々散見されますが正常のことが多いので心配しないでよいと思います。

よく問題にされるのが「心房細動」と言う不整脈です。これは別名「絶対性不整脈」と言ひまして、全く不規則なリズムで脈を打つものです。この場合は、心臓の中の血流が乱れて小さな血の塊を作ることがあります。これが心臓から離れて脳に流れ込みますと「脳塞栓」を起こしますので重大です。

高齢者になるとこの心房細動は多く見られるようになりますので、脳卒中の場合に最も重要な鑑別診断になっております。また、血栓が出来ないようにと血液凝固を防ぐ薬剤の投与も行われています。

腎愛会 名誉会長 新村 健

つけあげ～枝豆入り～☆

材料(1人分)

- ・たらのすり身 60g
- ・木綿豆腐 50g
- ・片栗粉 0.5g
- ・枝豆 10g
- ・人参 5g
- ・玉葱 5g
- ・サラダ油(揚げ油) 適量
- ・しいたけ 1個

エネルギー	220kcal
たんぱく質	10.5g
塩分	0.9g
カリウム	206mg
リン	121mg



作り方

- ① 木綿豆腐はふきんに包み、水気を切る。
- ② 人参と玉葱は千切りに切る。枝豆はさやから出しておく。
- ③ たらのすり身に①の木綿豆腐をほぐし入れ、片栗粉も加えて、よく混ぜる。ひとまとまりになったら②の野菜を加えて軽く混ぜ、手で小判型に成形を行う。
- ④ 170～180℃の油で、色よくなるまで揚げて、完成♪

人気メニューシリーズ③ ～つけあげ 枝豆入り～

鹿児島県の郷土料理「つけあげ」も市販の魚のすり身を利用することで、簡単に作ることができます。市販のすり身には塩が入っているので、味付けはほとんど必要ありません！甘めが好きな方はお砂糖を一つまみ程度入れると優しい味に仕上がります。(^^*)

●○地域連携室日記○● 7月7日は七夕です。願い事を書いた短冊や、色とりどりの飾りをつけ、子どもの頃は歌をよく歌ったものです。病院内にも短冊やきれいに飾られた笹があります。願い事をする日でもあり、新型コロナウイルスの終息を願う方も多いと思います。台風も発生する時期でもあります。新型コロナウイルスと身の安全を考え、避難への備えをしておこうと思います。非常時に備え、避難バッグや安全な避難場所の確認など準備し、皆様も安全にお過ごしください。

地域連携室 上林房 里恵

☆ 腎愛会 INFORMATION ☆

上山病院

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目17-6
TEL.099-257-2277 FAX.099-252-0722



診療科目 内科・腎臓内科・人工透析内科・循環器内科・血管外科

病床数 40床(医療療養病床)

診療時間 9:00～13:00 14:00～18:00 ※予約診療も受け付けています。
(午前受付12:30まで、午後受付17:30まで)

夜間透析 17:00～23:00(月・水・金)

休診 日曜日・祝祭日・木曜日午後
※ただし、急患はこの限りではありません。

診療内容・一般保険診療
・禁煙外来(保険での禁煙治療)
・鹿児島市いきいき受診券での特定・長寿・一般健診
・学校腎臓・糖尿検診実施医療機関
・個人健康診断

法人本部

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目21-5
TEL.099-259-8811 FAX.099-259-8469

うえやま腎クリニック

〒890-0073 鹿児島市宇宿4丁目39-20
TEL.099-275-3211 FAX.099-275-3212



診療科目 内科・人工透析内科・形成外科

診療・施術時間 10:00～17:00(受付16:00まで)

休診 日曜日(ビューティーコアサポート外来は日曜・祝日休診)

ビューティー・コア・サポート★



お問い合わせ 電話 090-7925-3211

高齢者福祉複合施設光陽

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目22-10
TEL.099-257-5455 FAX.099-257-5445



訪問看護ステーション光陽 TEL.099-257-5210
ケアプランセンター光陽 TEL.099-257-5211
デイサービス光陽 TEL.099-257-5212
サービス付き高齢者向け住宅光陽 TEL.099-257-5455