連峰 Renpoh

No. 344
発行日●令和 2年 8月31日
発行人●飯田メディカルヒルズ
編 集 IMH 広報委員会
長野県飯田市毛賀 1707 番地
TEL 0265－26－8111㈹

特集 腎・透析センター

目 次

■特集

P2 透析患者さんの高齢化について
P3 当院の透析センターについて ～伝統と革新～
P4～P5 人工透析と災害
ご寄稿文のご紹介『人生は終わりなき旅 ～フレイルを生きる私～』佐藤 克郎 様
P6 透析センターからのお知らせ

透析患者さんの高齢化について

副院長・地域医療対策部長・統括診療所長　仁科　裕之

慢性透析療法の現状（日本透析医学会統計調査報告書より 2018 年 12 月 31 日現在）

・透析患者数　：339,841 人
・平均年齢　　：68.75 歳（最も割合が高い年齢層は男女とも 70 ～ 74 歳）
・透析導入患者：40,468 人／年（透析導入患者の平均年齢 69.99 歳）
・透析歴：5 年 未満　47.5%　　・慢性透析患者の原疾患：1 位 糖尿性腎症　39%
　　20 年 以上　8.4%　　2 位 慢性糸球体腎炎 26.8%
　　30 年 以上　0.3%　　3 位 腎硬化症　10.8%

わが国の慢性透析患者数は７０歳以上の患者数が増え、高齢化が進んでいますが、日本全体を見ても超高齢化社会となっているのが現状です。そこで、高齢者の健康寿命を延ばすという観点から「フレイル」という概念が注目されています。透析患者さんも「フレイル」の合併が多く、慢性腎臓病の進行も早めてしまうため、今回はそれについて解説したいと思います。

フレイルとは、健康と要介護の中間状態をいいます（図 1）。また、フレイルは多面的で「身体的フレイル」「社会的フレイル」「精神・心理的フレイル」があり（図 2）相互が連鎖をしています。人は年とともに筋力が低下し、活動量も減るため身体能力は低下し、結果食欲も減り低栄養状態になり、さらに筋力や体力、意欲、食欲も低下するという悪循環に陥る事となります。この状態は可逆的であり、意識して行動する事で再び健康を取り戻す事ができるため、その予防や回復するための対策が必要となってきます。

図 1　フレイルの概念

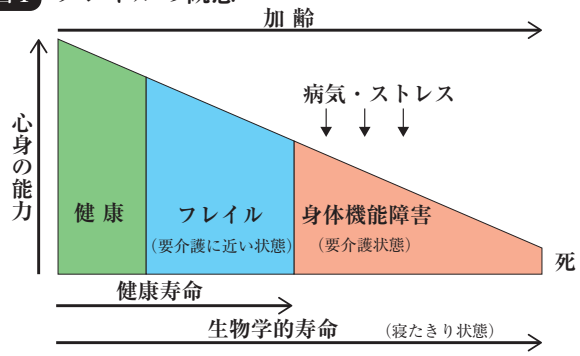
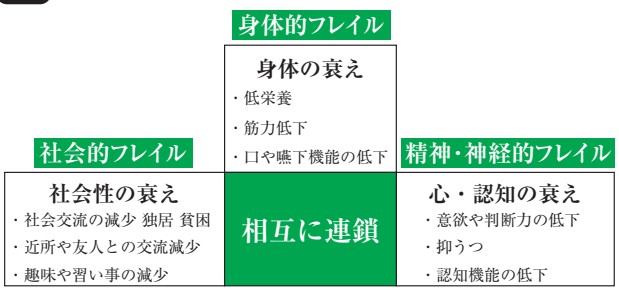


図 2　フレイルの誘引



対策としては適切な栄養の摂取、運動、社会参加が効果的です。食事は筋肉や身体を作るためのたんぱく質の多い食材や、骨を丈夫にするためのビタミン D を多く含む食材が重要で、日光浴も丈夫な身体を作るために必要です。

運動は続ける事が必要です。自分でやる運動は好きなところだけで終わってしまう可能性があるので、毎日のテレビ体操を続ける事がおすすめです。

社会参加は色々な活動に参加して多くの人との交流を持つ事で、頭の活性化につながり認知症の予防にもなります。コロナ禍で大変な時期ではありますが、感染には十分留意して、是非自分の出来る事から始めてみてください。そして健康寿命を延ばしてください。

当院の透析センターについて ～伝統と革新～

内科医長　下平　隆寛

理事長と飯田クリニック（1974）

土屋理事長が透析医療をこの飯田・下伊那地域で始めたのが、昭和48(1973)年、今から48年前のこと。輝山会記念病院の前身である飯田クリニックは、プレハブ造りでしたが、その中では当時、透析の先端医療が行われていました。

現在、当地域には約500人の透析患者さんがいます。当院には30～90歳代までと幅広い年齢の透析患者さん、また外来での通院透析の方から長期入院や入所が必要になった方まで、多様化する透析患者さんのニーズに対応できるシステム構築がされております。特に長期入院や施設入所が必要になった方は当地域にとどまらず、隣接地域からの要望にもお応えしています。

週3回の透析時間が1回約3～5時間というのは47年前と変わっておりません。当院では同時に55人までの透析が可能であり、月・水・金曜日は夕方以降から始める夜間透析も行えます。また、緊急で行う透析にも24時間365日対応をしています。

確立されていた透析患者さん全般の管理に加え、数年前より個々の状態に合わせた個別管理に着手し、現在に至ります。

透析患者さんの血管は脆く、脳や心臓、四肢の血管の重篤な合併症のリスクが高いと言われております。しかし、どの臓器の血管が脆いのかは患者さんによって異なります。

そこで個々の患者さんに合わせて検査内容と検査実施期間を設定し、重篤な合併症のリスク回避に努めています。

また、当院は当地域におけるリハビリテーションの中核病院です。そこで、外来通院の患者さんの全身状態にあわせたリハビリテーションの提供もしております。また、透析患者さんの外傷術後や脳梗塞や脳出血後の入院リハビリテーションも対応しています。

昭和52年の新聞記事、当時の土屋理事長が今後の透析医療について問われ、「根本的治療としてのジン臓移植」と答えています。まさに、この数年で拒絶反応に対する効果の高い治療薬が使われるようになり、移植腎臓の生着率も飛躍的に向上しています。

当院でも透析患者さんだけでなく、透析導入前の腎臓機能が低下した方に腎移植も治療の選択肢のひとつとしておすすめしています。

人工透析と災害

臨床工学技士　主任　長谷部　義行

人工透析は１回の治療で、１人当たり、数百リットルの大量の水が必要です。そして透析装置を含めた複数の機器を使用するため電気の供給も必要となります。つまり、大規模災害等によるライフラインの途絶は透析医療に大きな影響をもたらします。

しかし、これまでいくつもの大地震、近年増加している異常気象による自然災害等を乗り越えてきました。過去の災害から得た経験、知識、情報、いくつもの問題点から様々な対策が構築されています。ここでは1995年の阪神・淡路大震災以降にできた災害対策を主に紹介したいと思います。

【EMIS：Emergency Medical Information System　広域災害救急医療情報システム】

災害時の医療情報、被災状況等をインターネット上で共有して、被災地域の医療情報を集約・提供するシステムです。阪神・淡路大震災時に医療機関同士で情報が円滑に共有できず、特定の病院に患者が集中するなど効率の良い災害時医療活動ができなかったことを教訓に2006年に厚生労働省より運用が開始されました。都道府県や区市町村、医師会、保健所、消防機関などがネットワークで結ばれます。災害派遣医療チーム（DMAT）の活動にも役立っています。

【DMAT：Disaster Medical Assistance Team　災害派遣医療チーム】

専門的な訓練を受けた医師、看護師、その他コメディカル等のスタッフで構成された災害急性期に現場で活動する機動性をもった医療チームです。これも阪神・淡路大震災の際、初期医療活動の遅れを教訓に厚生労働省により発足されました。被災地（概ね発災後48時間以内）での広域医療搬送、病院支援、現場活動などを主な活動としています。

【日本透析医会　災害時情報ネットワーク】

透析専用の災害時情報ネットワークです。震度６以上の地震、その他大規模災害などが発生した場合に活動が開始されます。透析施設の被災状況、透析の有無、受け入れ体制や患者の移送有無などの情報入力、確認ができます。

【JHAT：Japan Hemodialysis Assistance Team in disaster
日本災害時透析医療協働支援チーム】

透析医療を継続可能にするために組織された医療チームです。透析に関する業務支援や物資支援、先遣隊としての活動等のトレーニングを受けた透析支援専門のスタッフで構成されます。大規模災害発生とともに日本透析医会（災害時情報ネットワークから情報収集）や全国各地のJHAT隊員と連携し迅速な透析支援を行います。

これらを含め、過去の大震災より様々な災害対策がなされています。とはいえ、災害時の透析医療はとても脆弱であり、日頃からの災害対策が非常に重要です。

今後起こることが予想されている東海・東南海・南海地震の準備として、皆様にも日頃から防災・減災に努めていただきたいと思います。

ご寄稿文のご紹介

今回の特集にあたり、飯田の文章創作グループにも所属されている透析患者の佐藤克郎様からご寄稿いただきましたので、ご紹介させていただきます。

人生は終わりなき旅
～フレイルを生きる私～

佐藤　克郎

私八十七歳の診療情報には、

一、末期腎不全（二〇一五年八月～）
二、無症候性脳梗塞
三、左腎腫瘍術後（二〇一一年四月）
四、前立腺肥大
五、十二指腸カルチノイド
六、二型糖尿病
七、胆のう癌術後（二〇一六年三月）

と記録されている。

識者の高齢者の健康状態の分類からすれば、私のそれは今まさに第二の徐々に心身が衰える「フレイル」の進行の群れに該当する。

二〇一五年八月、透析を始めてより五年目、穿刺七五〇回余、月・水・金の週三回の透析により、命を継がせていただいている。透析センターの皆様には、患者優先の立場で、細やかな気配りをいただき、厚く感謝と御礼を申し上げたい。

フレイル予防として、バランスの良い食生活による基本体重の維持や軽い運動（ラジオ体操と家庭菜園の世話）を行い、筋力低下に備えている。そして私が一番強く心掛けているのは、他の人とのコミュニケーション・社会的活動である。キリスト教会での礼拝に生かされ、自分の心の思いを、エッセイというかたちで、地元新聞に連載していることである。二〇一九年新年号より始まった『私の晩年模様』シリーズは、その一二一回を数え、二〇二〇年に始まった『人生は終わりなき旅』シリーズは、その五回を数え、並行してわが思い・心の色模様を発信しつづけている。

この程、小諸市在住の同年輩の医師（飯田市松尾清水出身）が、第九エッセイ集『日々の思い二』を出版した。老後の生きる励みに煽られて、私も心を燃やしている昨今である。

（飯田市長野原）

透析センターからのお知らせ

南信地区随一の歴史、実績、規模を誇る人工透析センターです。1974 年の開設時より透析医療に取り組み、高い成果を上げてきました。

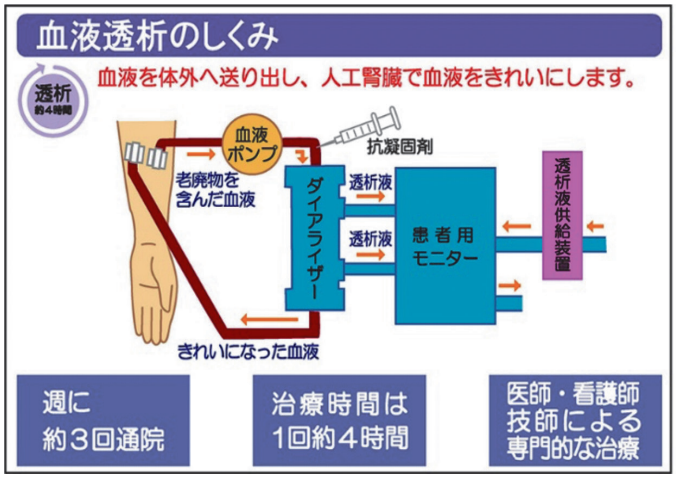
臨時透析、緊急透析、夜間透析、バスキュラーアクセス治療も実施しており、患者様を全面的にバックアップしています。

臨時透析について

近隣施設からの透析患者様の治療、手術目的での紹介入院による一時的な透析を受けることが可能です。帰省や観光、出張などで飯田に訪れた透析患者様にも、ご希望に合わせた透析を行っています。ご希望の方は、電話にて直接お問い合わせください。また、臨時透析申込書はホームページよりダウンロードできます。

バスキュラーアクセス治療センターについて

バスキュラーアクセス（VA）とは、透析を行う際に、身体から血液を取り出し、再び身体に戻すために必要なアクセスルートのことです。
主に腕を使用することが多く、シャントとも呼ばれ、動脈と静脈の血管をつなぎ合わせる手術が必要となります。
それ以外の VA もいくつかあり、その管理はとても重要です。また、さまざまな VA トラブルにも対応しています。



バスキュラーアクセスに関するご相談もご遠慮なく下記までご連絡ください。

広域医療法人輝山会 輝山会記念病院　透析センター

臨時透析、バスキュラーアクセス治療等のお問い合わせ先

電話番号　0265-26-8126　／　FAX　0265-26-8850

ホームページ URL　http://www.kizankai.or.jp/