

ひまわり

VOL.32



～年頭あいさつ～



寿泉堂クリニック

院長

筈川 健二郎

新年明けましておめでとうございます。

昨年の世相を表す漢字一文字は「安」でした。いろんな意味づけがありますが、透析に関して言えば安心、安全、安定な透析を目指してスタッフ一同頑張っていたと思います。

さて今年の一文字は何になるか分かりませんがスタッフの心構えとして感謝の「謝」を目標にしたいと思います。当院を選んで通院していただいている患者さんに感謝。患者さんの笑顔と言葉かけに励まされ、仕事に張り合いを得る喜びに感謝。謝と言う漢字は言と射に分解できます。会話でお互いの気持ちをあ（射）てる事が大切だと思います。何でも良いですからスタッフに話しかけてください。

今年は申年です。三令五申（何度も繰り返すこと、言い繰り返すこと）で三度命令して五度言い聞かすことから「申」は繰り返し説明する、の意味があります。感謝の気持ちを忘れずスタッフ一同頑張っていきます。今年もよろしくお祈りします。

新春随想



寿泉堂クリニック

名誉院長

白岩 康夫

明けましておめでとうございます。皆様それぞれに良いお年をお迎えられたことをお慶び申し上げます。

厳しい冬が来れば待ち遠しいのは春です。そして爛漫と咲く桜花でしょう。桜の話をするとなんでも笑顔になります。イネの農耕を主業とした古代から満開の桜が米作りの指標となったことに由来するのでしょうか。そして満開の桜をめぐる花見は平和の象徴でもあったのです。豊臣秀吉が催した「醍醐の花見」は天下統一を成し遂げた秀吉が自分の権力を誇示したものであるといえるでしょうが、平和が齎されたことを世に示したものと思います。それが先の戦時中、桜は一斉に散りその散り際が良いと、命を顧みず国に奉仕するよう利用されました。当時歌われた「同期の桜」は「咲いた花なら散るのは覚悟」と戦意高揚に使われました。あの時代には戻りたくありません。

今は平和が望まれる時代です。小林一茶は「花の陰あかの他人はなかりけり」と詠みました。満開の花の下で気炎をあげている花見の様子が手に取るようです。桜花の咲くのが待ち遠しく感じられるこの頃です。



寿泉堂クリニック

透析センター長

百瀬 昭志

新年明けましておめでとうございます。今年もシャントを中心に頑張ろうと思います。

ところで、寿泉堂クリニック透析室は2台の超音波装置を有し、穿刺時に超音波画像を見ながら穿刺することで穿刺ミスをなくすことや、穿刺後の脱血不良の原因検索などに使用し、シャントトラブルの迅速な診断・治療に役立っております。

さらに、この超音波装置はシャント流量の測定できるため、過剰血流やシャント狭窄などのシャント管理やシャント手術時にも役立っております。これらの超音波装置を用いて、患者さまのシャントがますます長く使用できるように努力してまいりたいと考えております。

今年もどうぞよろしくお祈りします。



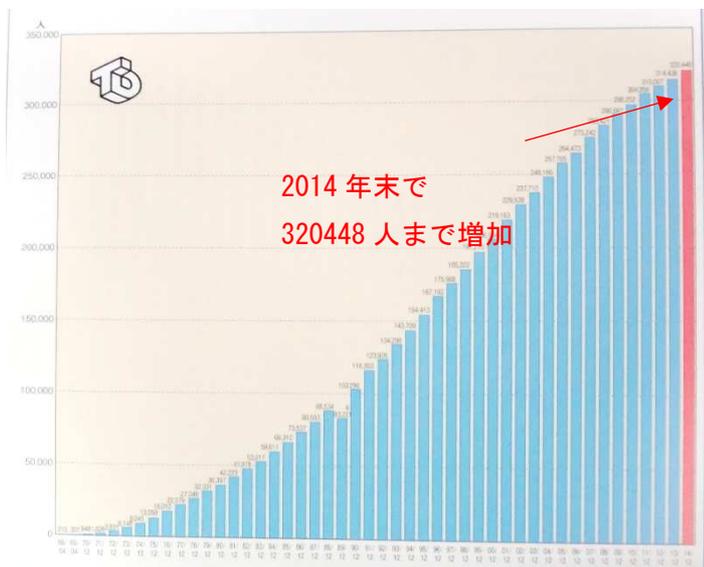
クリニック透析忘年懇話会 特別講演抜粋

寿泉堂クリニック 院長

熊川健二郎

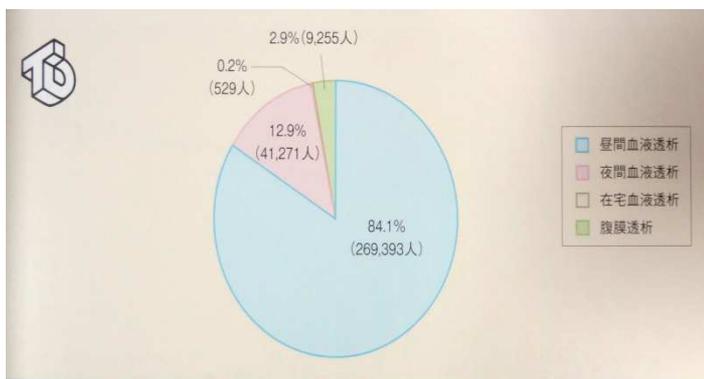
昨年12月8日に行われたクリニック透析忘年懇話会で行った講演の内容を抜粋してお届けします。

慢性透析患者数の推移



2014 年末の調査では、全国の慢性透析患者さんの数は 320,448 人でした。

2013 年末の患者数から 6010 人の増加となり、国民の 396.5 人に一人が透析患者であるという計算になります。



また、治療の時間帯の割合は日中帯の透析を受けている患者さんが増え、夜間帯の透析を受けている患者さんが減少しました。

近年、夜間透析を受ける患者さんは減少していますが、在宅透析を受ける患者さんは 529 人と、2013 年末に比べ 68 人増えています。

福島県の透析患者数 (2014年末)

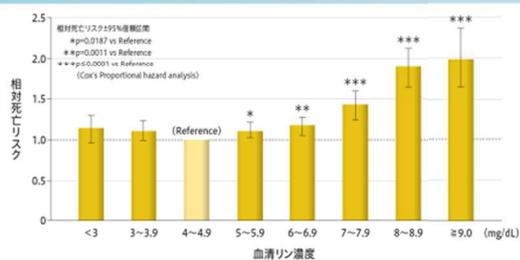
昼間透析		夜間透析		在宅透析	腹膜透析	
通院	入院	通院	入院	在宅通院	通院	入院
3852	368	400	1	5	112	15

福島県内の透析患者さんの状況は、2013 年末には 4616 人でしたが、2014 年末には 4807 人となり、191 人の増加となりました。

リンと闘う

高リン血症患者の生命予後

透析患者における血清リン濃度と死亡リスク（日本）



【対象】日本透析医学会のデータベースに登録された透析患者27,404例
【方法】血清リン濃度と死亡リスクの関連を解析

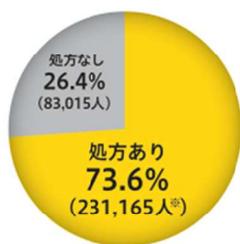
リンは、様々な食材・食べ物に含まれていて本来は生き物にとってなくてはならない重要な栄養素です。

しかし、透析患者さんにとっては、リンの摂りすぎは様々な症状を引き起こします。

左のグラフは、透析患者さんのリンの値が高くなるほど死亡のリスクも高くなることを示しています。

そのため、透析患者さんにはリンの値を下げる為にリン吸着剤が処方され、内服されています。2013年の調べでは、透析患者さんの**約75%**にリン吸着剤が処方されています。

透析患者におけるリン吸着薬の処方割合



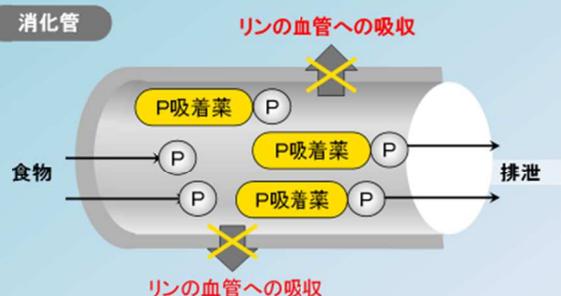
透析患者さんの
約75%に
リン吸着薬が処方されている。

透析患者数（2013年12月末時点）：314,180人
（日本透析医学会：わが国の慢性透析療法の実況2013年12月31日現在）

透析患者数：314,180人（2013年12月末時点）

リン吸着薬の仕組み

リン吸着薬は、消化管で植物由来のリンと結合してリンの吸収を抑制し、体外にリンを排泄します



リン吸着薬の種類

Ca(カルシウム)を含む

- カルタン (炭酸カルシウム) 発売 1999.8

Caを含まない

- フォスブロック (セベラマー塩酸塩) 発売 2003.6
- ホスレノール (炭酸ランタン) 2009.3
- キックリン (ピキサロマー) 2012.6
- リオナ (クエン酸第二鉄) 2014.5
- ピートル (スワロオキシ水酸化鉄) 2015.11

リン吸着薬の特徴

■カルタン 食直後内服

- ◇高Ca(カルシウム)血症により血管石灰化を起こす可能性がある
- ◇pHによってリン吸着力が弱まる
- ◇ガイドライン上、上限3g/日が推奨されている

■フォスブロック 食直前内服

- ◇服薬錠数が多い
- ◇便秘や腹部膨満感の副作用が多い
- ◇リン吸着力がやや弱い

■ホスレノール 食直後内服

- ◇悪心・嘔吐の副作用が目立つ
- ◇生体内にない金属を含む

■キックリン 食直前内服

- ◇服用量が多い
- ◇カプセルが大きい

■リオナ 食直後内服

- ◇下痢の副作用
- ◇鉄蓄積の可能性
- ◇フェリチン、TSATを上昇させる

■ピートルチュアブル錠 食直前内服

- ◇噛み砕いて服用
- ◇下痢（内服後1週間以内に多い）
- ◇鉄過剰の可能性？

当院のリン吸着薬内服状況

(H27.10月現在)	144名中
リオナ	15名
フォスブロック	23名
キックリン	15名
ホスレノール	68名
カルタン	87名
計	208名(※)
※2種類、3種類を内服している方が多い	

リン吸着剤には多くの種類がありますが、全体的に下痢や便秘等の副作用が多く薬の特徴も様々なため、一度に数種類ものリン吸着薬を内服している方が多くいます。

食事について

1 食事中の過剰リン摂取は生体毒として作用

- 慢性腎臓病患者での血清リン濃度上昇は生命予後悪化の原因となる。また、一般人でも正常範囲での血清リン濃度上昇は心血管病罹患と関連する
- 食事に存在するリンと異なり、**食品添加物のリン酸エステルは消化管から完全に吸収される**
- リンは血管障害を引き起こし、加齢変化を加速させる
- 過剰リン摂取による健康被害がますます認識されており、食品添加リンの表示が必須である

2

- ◆魚・肉にはリンは多い
- ◆特に加工肉、ハム、ソーセージ、魚では内臓も丸ごと食べる場合には、リンの摂取に注意は必要

3

- ◆乳製品にはリンは多い
- ◆特に加工しているものは、添加リンが増加する。プロセスチーズの摂取に注意は必要

4

- ◆植物性のリンの多くはフィチン酸と結合しているため、吸収率は低い

5

- ◆コーラをはじめとする炭酸飲料、コーヒーでもインスタントは一般的にリン含有量が多くなる

6

- ◆食品添加物に含まれるリンはほとんどが吸収される

7

食品添加物は食べる前のひと工夫で半分に減らすことができます。添加物は食品加工の過程で加えられたもので、細胞の内部にまで組み込まれていないため、調理の工夫で簡単に落とすことができます。

◇◆お湯にさっと通すだけで落とせる◆◇

加工食品をお湯に通すと、食品添加物は短時間でお湯に溶け出してしまう。特別な技術はいりませんが、注意しなければならないのは、お湯は必ず捨てること。このひと手間が自分と家族の健康を保つ大きなポイントです。

8

インスタントラーメン・中華麺はゆでこぼす

麺をゆでたらゆで汁を1回捨て、新しいお湯でスープを作りましょう。カップ麺でも、かやくと麺が別々のものを選んで同様に作ることをお勧めします。かんすいやリン酸塩、その他の添加物が半減します。

9

魚肉・練り製品は下ゆです

ちくわ、かまぼこなどの練り製品は、下ゆしてから使いましょう。
おでんの具などに使うときも、そのまま一緒に煮るのではなく、分けて下ゆして煮汁は捨てることをお勧めします。
かまぼこは薄くスライスしてゆでます。

1

ハム・ソーセージは湯どおしする

ソーセージは裏表に切れ目を入れるなど、表面積を大きくして、2～3分下ゆします。
これで保存料や添加物は半減します。
炒めても添加物は減らないので、炒めもの前にもさっと湯通しすることをお勧めします。

今年も
凧としてリンと闘う

第7回寿泉堂クリニック忘年懇話会開催♪

2015年12月8日、姑娘飯店にて寿泉堂クリニック忘年懇話会が開催されました。今年もたくさんの患者さんに参加していただきました。また、新しいスタッフにも協力してもらい患者さん達との親睦もより一層深まった会となりました。今回参加できなかった患者さんも次回の懇話会はぜひ参加して頂いて、楽しんでみてはいかがでしょうか？





編集後記

新しい年が始まりました。まだまだ寒いので、体調管理に充分気をつけていきましょう。

今年もよろしくお願ひします。 森岡