

GEKKAN ORIMOTO

月刊 織本

3月号

2011年3月1日 Vol.199

発行 医療法人財団 織本病院

印刷 〒204-0002 東京都清瀬市旭が丘 1-261

Tel 042-491-2121 URL <http://www.orimoto.or.jp/>

発行人 高木由利



腎臓病・栄養食事療法フォーラム

～ 低たんぱく、でんぷんの食事療法 ～

理事長・院長 高木 由利



寒い夜空を見上げながら歩いていたある晩に、犬の散歩をしていた女性とぶつかりそうになりました。お互いに笑顔で挨拶を交わした時、“風は冷たくても、春の香りを感じませんか？”と聞かれ、私は思わずゆっくりと深呼吸をしました。かすかに香るのです。“私にも春が来てくれましたわ。”“ステキですね。”何だかとても心温かくなりました。

* * *

2月27日（日）は、9時30分から『腎臓病・栄養食事療法フォーラム』が信濃町で行われました。日本栄養新報社が主催した勉強会で、この日は6名のシンポジストによる講演とディスカッションが企画されたのです。その総司会はもちろん昭和大学藤が丘病院客員教授、出浦照國先生です。腎不全の食事療法の基本は、(1) 低たんぱく（1日に0.3～0.5g×標準体重）、(2) 減塩（1日5～6g）、(3) 十分なエネルギー摂取（1日35kcal×標準体重）です。この(1)～(3)を厳密に行うことで腎不全の悪化速度は遅くなり、栄養状態が改善され、血圧などのお薬もよく効くようになるのです。

腎不全の食事療法の歴史は古く、40年以上も前から日本を始めアメリカ、ドイツ、イタリアなどで多く

の論文が書かれてきました。

しかし何故か、現在この正しい食事療法は日本腎臓病学会や日本透析医学会から否定され、不十分な食事療法が推奨されるようになってしまったのです。一体誰が何故、正しい事を否定し誤った方法をガイドラインとして認めたのでしょうか。それは、ある不正確な大規模研究が数年前にアメリカで行われ、その論文に対し有用性があるかどうかの正確な評価もされないまま腎不全の食事療法における低たんぱく食は有効でないばかりか栄養障害をきたすと結論付けたのです。この考え方の裏には厚生労働省の圧力がかかっています。

この日のシンポジストの方々の発表では、正しい低たんぱく食、減塩、十分なエネルギー摂取を行うことで多くの腎不全の方々の病状を安定させています。更にそのシンポジストの中でお2人の方は、実際にご自分が腎不全でこの正しい食事療法を行っている方だったのです。私はこの日、正しい食事療法が普及しない理由を自分なりに考えてみました。

(1) 栄養士が食品成分表を用いた指導をせず、食品交換表という誤った本を用いて曖昧な栄養指導をしていることが多いこと。

(2) 医師も栄養士も正しい低たんぱく食や十分なエ

エネルギー摂取に対する知識が乏しいため、栄養障害をきたす患者さんがいること。

(3) 低たんぱくというと動物性たんぱくを排除し、植物性たんぱくを摂取することだと勘違いしている人が多いこと。

(4) 患者さん自身が自分の腎不全の状態について本を読んだり勉強会に行ったりして勉強しないこと。自分の病気に対して無関心であり無知であること。

以上のことが考えられました。

私の病院は日本でも数少ない正しい腎不全の食事療法を指導している病院ですが、それでもちっとも成長しない患者さんがたくさんいるのです。私と栄養士がもっと学び、もっと情熱をもって患者さんが自分の病気を理解し自立できるようにしなければいけないと痛感しました。

4月からは新しい栄養士達も就職してきます。襟を正し、しっかりと教育していこうと考えています。

50 数年来の付き合い !?

岡田 和久 様



老若男女を問わず、人は入院と告げられると気持ちが落ち込み、不安一杯となる。診察を受け、医師から入院を告げられると、色々悪い方へ悪い方へと頭の中は想像以上に考え込む。今回入院したのは検査入院だったが、心配と不安で前夜は寝付かれない一夜を過ごした。入院手続きに受付に行くと、受付の女性職員が笑顔で迎えてくれた。この笑顔は何なのかと自問すると、一瞬戸惑った。この笑顔は何故なんだろうかと再度自問すると、その訳が次の瞬間解明できた。入院時間の指定は午前10時だが、外来待合室には椅子に座れない程の人が診察を待っていた。先程の受付の女性の笑顔は「当院の先生に任せてください。」と胸を張って言っているようで、相当自信があることだと不安が信頼と安心に変わり、入院の説明を聞き、病室に案内された。

病室は手入れが行き届いていて、病院とは思えないほど明るく綺麗で治療に専念できそうだと感じしていると、食事の時間になった。病院食だから期待できないものと諦めていたが、出てきた食事は病院とは思えないビックリする程の量と質であった。看護師さん、看護助手さんの親切な対応も安心できる要素である。看護師さんは患者にとっては母であり、恋人のような感情にさせられる人で、大切な人、頼りになる人達である。この先何日お世話になるのか、感謝の気持ちで対面した。次々病室に来られるスタッフさん達を見て、病院の職員教育が徹底していることが伺えた。この病

院の人气が分かるようでもあった。

大腸検査、これは大変だった。経験された人はお解かりでしょうが、短時間に2リットルの薬入りの水を飲み大腸を綺麗に洗浄するのである。飲み始めて1時間程経過すると戦いが始まった。ベッドとトイレを往復する戦いだ。それはそれは、想像以上の出来事でもあった。4時間程の戦いで、いよいよ検査の時間が来た。病気が判明するのだろうか、癌が発見されるのだろうか頭の中は色々悪い方へ考えがまとまっていく。医師の声が聞こえている。「いいな～」、「綺麗だな～」といった言葉だ。不安を消す言葉で、徐々に安心に変わってくる。内心よかった、病気がなかった。だがこの痛みは何なのか、胃が痛いのはどこから来る痛みなのか、医師もわからない。

2日後、胃カメラでの検査だ。歯の治療で口の中に器具を入れてだけで鳴咽するのに、カメラなんてと抵抗があったが、看護師さんの誘導と魔術にかけられ、口にマウスピースを付けられ一瞬にカメラが胃に入っていた。数分の出来事であり、結果もその場で医師が「きれいだったよ。」と告げてくれた。思わず「よかった」と...

18歳の時、隣家の小父さんが交通事故で亡くなった。使い走りの手伝いをすることになり、1日中自転車に乗り走り回った結果、肛門に炎症をきたし手術をしたが、5年後また炎症があり、両足を左右に広げ歩くほどになり再手術となった。それ以来“痔”が持病

になり、それも相当ひどい親指大の痔が3箇所飛び出す毎日。苦しんだあの手術の痛みが忘れられず、手術を考えたことは無かった。毎月必ずといったように肛門から出血があり、出血すると2～3日続くが自然と出血は止まる。このような事が何時起こるかは分からないし、毎日のトイレの後に粘液が出て下着を汚すので、女性の生理パットが手放すことができない状態が数十年続いた。

今回入院すると何故か毎日出血があり、それも相当な出血で自身驚いていると、先生が「今日は金曜日だから月曜日に手術ね。」と自然に言って病室を出た。あの痛い思いをするのだろうかと思ひ悩んでいると、看護師さんが「局所麻酔で先生と話しながら手術するので、あっという間に終わるよ。」と慰めてくれた。男は、切るとか血が出るとかには弱く、気持ちが落ち着かないのであるし、不安が一杯で手足が震えている。手術台に乗ると、先生が「これからはじめます。」と宣告され麻酔が打たれた。麻酔とはいえ注射器であり痛い。恐怖のあまり手術台にしがみ付いていた、その時であった。嬉しい出来事があった。若い看護師さん

が私の手をギュウツと握ってくれた。もうこの年で若い女性の手を握るのは考えられない出来事であった。あまりにも嬉しい出来事に、痛みも先生の話も耳には入らない。手術の不安と恐怖と痛みをしっかりと閉じて懸命に我慢していたので、残念ながらあの柔らかい暖かい愛情のある手の主の看護師さんのお顔を拝顔することが出来ず、未だにどの方かは知らない。その後、ある日外来に診察に行った時、廊下ですれ違った看護師さんが「岡田さん、お元気？お変わりありませんか？」と声をかけてくれた。私はお顔を拝見したことのない方だったが、あの時の方だ！と心の中で「ありがとう」と感謝の気持ちで頭を下げた。

手術は順次進み、痛いと思っている暇などない間に終わった。50数年も付き合っていた思いが一瞬の出来事で解決したようである。あ～これで下着の汚れもなくなり、パッドも持ち歩かなくてよくなった。手術後2ヶ月が過ぎたが、あの思いは何だったのかと痛みもなく爽快感があり、毎日の生活の張りがあり、手術してよかったと今は感謝の日々である。



各 頁

平成 23年 2月 (No. 535)

東 洋 農 園

東京は西部、また広い農地が広がり、農家と農家の間に、住宅がホッポツと建ち始めている辺りのことです。新しい道路を、車で通り抜くと、様々な処にシロの木が生えています。時にはホッソ、或いは数本纏まっていたり列になつたり、武蔵野を代表する雑木林に混って背丈を競っているものもあります。辞典によれば、シロ(棕櫚)は、雌雄異株、日本原産のヤシ科植物で、その解説には、シロ田島、同産、同産、に始まり、葉、タワシ、刷毛、果ては、幹が寺院の金鐘を突き鳴らす檣木として使われている由です。大昔から、この地方の生活に溶け込んで共に生活してきたシロの末裔を私達は眺めているのでしょうか。更には、たぬきに突く種子をついは「お多くの野鳥が、方々に子孫を広げて来たことを知る筈です。しかし、それにしては、現在のシロ達は、今の生活に馴染めず、手を加えられることもない姿に、ちょっと孤独でシロらしくは見えてしまったのは、私独りの思い違いなのではないでしょうか。(注)現代の庭に植えられる多くのシロは、トウシロ、と称して中国原産の由。

ご家族からのまたより

当院の患者様のご家族で、老舗の植木職人をされている、吉田幸夫さんからの二月のお便りをご紹介させていただきます。

人間ドックのご案内

当院の人間ドックでは...

- ① 優先的にご予約をお取りしますので検査等の待ち時間はありません。
- ② 受診者お1人につき、1名の専任スタッフが付きます。
- ③ 検査後、何か病気などが見つかりましたら、すぐに外来診療へ連携します。
- ④ 人間ドックを受診される全てのお客様に専用個室をご用意しております。
- ⑤ お子様をお連れの方は、検査中スタッフが対応します。
- ⑥ 無料送迎サービスを実施しています。
- ⑦ クレジットカード・デビットカードがご利用頂けます。



【お申込み・お問合せ】
健診ダイヤル 042-493-2361

※【基本検査】 問診、身長、体重、腹囲、血圧、基礎代謝測定（X-SCAN）、視力、聴力、尿検査、血液検査、心電図、胸部レントゲン、腹部レントゲン、腹部超音波、総合面談（ショートコースは医師の視触診のみ）

ショートコース

¥24,700（税込）

◎ 全コース、特定健診に必要な項目は含まれています。

2～3時間で全ての検査が終了します。お忙しくてなかなかゆっくり検査の時間が取れない方にお勧めです。

検査項目：基本検査(※) 便検査 胃透視（上部内視鏡に変更可 / 追加料金¥5,250）

1日コース

¥41,000（昼食、税込）

基本的な全身の検査項目を含み、1日で終了します。

検査項目：基本検査(※) 便検査 心臓超音波 頸動脈超音波 骨密度 胃透視（上部内視鏡に変更可 / 追加料金¥5,250）

1泊2日コース

¥69,800（宿泊、食事、税込）

より詳しい検査をご希望の方にお勧めです。ご宿泊は特別個室病室（ローズルーム）をご用意致しております。

検査項目：基本検査(※) 心臓超音波 上部内視鏡 下部内視鏡 頭部MRI・MRA 肺機能検査 頸動脈超音波 骨密度

オプション検査

昼食 総合面談 頸動脈超音波 心臓超音波 骨粗鬆症検査 頭部MRI・頭部～頸部MRA 上部内視鏡検査（胃透視を変更）
肺機能検査 睡眠時無呼吸検査（SAS） HIV検査 甲状腺チェック 脈波検査（PWV） 腫瘍マーカー 尿中ピロリ菌抗体
眼底検査 アレルギーテスト 各種がん検診（肺がん・肝がん・腹部消化管がん・前立腺がん・乳がん・子宮がん）

第120回 腎疾患ゼミナール

『あなたと私と腎不全 ②』 腎臓内科：高木由利

薬局からのワンポイントアドバイス

『腎性貧血を改善する薬“エリスロポエチン製剤”について』

どなたでもご参加頂けます。皆様ぜひお越しください。

日時：2011年3月17日（木）
午後1：00～
会場：オリモトホール（当院4F）
参加費：無料

薬剤師：外山 加奈

