

Focus

Pickup

人工透析室 科長 谷口 諭

腎臓リハビリテーション

Information パパママサロンなど



-命のエンジニア-





臨床工学技士(Clinical Engineer: クリニカルエンジニア)は生命維持 です。当院では人工透析室における 透析装置の操作や穿刺、手術室での 腹腔鏡や関節鏡、眼科の白内障手術 で用いられる機器のセッティング、 心臓カテーテル検査で用いられる測 定機器の操作など、特殊な医療機器 を扱う治療や検査に携わっています。

室はもちろん、病院内の様々な場所を受験して臨床工学技士は透析室や手術を受験して臨床工学技士の資格を得を受験して臨床工学技士の資格を得る必要があります。一般的にはあまる必要があります。一般的にはあまるが、臨床工学技士になるには、高校卒職床工学技士になるには、高校卒 その他にも人工呼吸器や除細動器、と思われるパルスオキシメーターや、点滴に用いられる輸液ポンプなど様々な医療機器の管理や保守、点検、な医療機器の操作や注意点を周知するなど、安全に医療機器が使用できるなど、安全に医療機器が使用できるなど、安全に医療機器が使用できるなど、安全に医療機器が使用できるなど、安全に医療機器が使用できるなど、安全に医療機器が使用できるなど、安全に医療機器が使用できるように努めています。

谷口さんにお話をお聞きしました。る人工透析室科長、臨床工学技士のはじめに、血液透析に携わっていさんをご紹介します。

師と協力して日々業務にあたっています。や検査が安全に行われるよう、医師や看護で仕事ができるのが特徴の職種です。手術

しまい、腎機能 が低下して十分に機能でとは慢性腎不全やその他の原因で弱まっての分泌、④血圧の調整など、非常に重要なの分泌、④血圧の調整など、非常に重要なのが、④血圧の調整など、非常に重要なのが、④血圧の調整など、非常に重要なのが、④血圧の調整など、非常に重要なを制度の調整、③造血に関わるホルモンのが、 用いて行うのドルで、その働きを腎臓の代きなくなった場合に、その働きを腎臓の代しまい、腎機能、が低下して十分に機能でしまい、腎機能、が低下して十分に機能で

一本の針で血液を体外に出して、ダイアラー本の針で血液を体外に出して、ダイアラーを開いてきれいにした血液をもう一れており、当院でも多くの患者さんがこのれており、当院でも多くの患者さんがこのれており、当院でも多くの患者さんがこのれており、当院でも多くの患者さんがこのれており、当院でも多くの患者さんがこのた水分や老廃物が十分に除去されず体に負担がかかってしまったり、一回の透析で験去する水分の量が増えることで、心臓に除去する水分の量が増えることで、心臓にかあります。逆に透析の頻度を増やすりなるなど様々なリスク整脈を起こしやすくなるなど様々なリスク整脈を起こしやすくなるなど様々なリスクを振りに出して、ダイアラー本の針で血液を体外に出して、ダイアラー本の針で血液を体外に出して、ダイアラー本の針で血液を体外に出して、ダイアラーを開いた。 針で血液透析は、 回の透析時間を長くする長時間の。逆に透析の頻度を増やす頻回 液を体外に出して、ダイアラ、一度の治療で針を二本刺し、

> ごすり夏莫秀所もありますが、残念ながらけています。他には、自身の腹膜を使用しでは七○人以上の患者さんが透析治療を受日本の透析患者数に終三∃フノ。 では行っておりません。

腎機能 : 評価可能 採 Ш

1



実際の人工腎臓装置

や脳卒中などの重大合併症が起こる、尿毒呼吸困難に陥る、高血圧が悪化し心筋梗塞肺に水が溜まって心不全、肺水腫を起こし に直接かかわってくるため、透析を休むとたリスクがあります。これらのリスクは命素が溜まって意識障害が起こるなどといっ まり、全身がむくみます。さらに、心臓やよって体外に排出していた水分が体内に溜透析を行わないと、これまで透析治療に

> 限や を厳 いうことは出来ません。 。毎回針も二本刺さなくてはならや飲水制限もしなくてはなりませ厳しく管理しているため、食事制うことは出来ません。加えて体重 患者さんにとっては非常に大変 療です。

くてもいい状態を続けることです。りません。一番いいのは透析をしなが移植手術を受けられるわけではあれますが、移植を望んでいる人全員選択肢としては腎臓移植が挙げられはほぼありません。透析治療以外の 者さんや家族の気持ちに寄り添ったで、日々の生活習慣を見直し、自己ど、日々の生活習慣を見直し、自己ど、日々の生活習慣を見直し、自己とが大切です。透析を、日々の生活習慣を見すし、自己とれた食事、適度な運動や水分摂のとれた食事、適度な運動や水分摂のとれた食事、適度な運動や水分摂のとれた食事、適度な運動や水分摂のとれた食事、適度な運動や水分摂のとれた食事、適度な運動や水分摂のという。 療をやめることができるということ ても腎臓が元の状態に戻り、また、残念ながら透析治療 の、透析治の療を受け

たにぐち さとし

経歴:一九九七年に北海道医療科学専門趣味:映画・DVD鑑賞旭川市出身、一九七五年生まれ 二〇一八年より-学科 科長に就任 二〇一七年より診療技術部 臨床工校)を卒業し、留萌市立病院に入職 学校(現 札幌医学技術福祉専門学

一八年より人工透析室 科長を

-より明るい未来を目指して

●腎臓リハビリテーションとは

腎臓リハビリテーションとは、「腎疾患や透析医療に基づく身体的・精神的影響を軽減させ、症状を調整し、生命予後や心理社会的並びに就業的な状況を改善することを目的として、運動療法と食事療法、水分管理、薬物療法、教育、精神心理的サポートなどを行う長期にわたる包括的なプログラム」とされており、元気で豊かな生活を送ることが出来るよう、運動療法や食事、薬など多方面からサポートしていくことです。

透析医療の進歩により透析患者さんの長期生存が可能になっていますが、高齢者特有の問題点もあり脳心血管疾患や感染症、認知症、転倒、骨折など日常生活動作の低下が挙げられています。これらにはサルコペニア*1、フレイル*2が密接に関連しています。

腎臓リハビリテーションでは大きく、①身体機能の維持向上②心臓・脳への保護効果③腎臓の保護効果の可能性という効果が期待できます。リハビリを行ったところ腎機能が改善したという報告もあり、腎臓保護の可能性として期待されています。

- ※1 サルコペニア… 筋肉減少・身体機能が低下した状態
- ※2 フレイル… 加齢により心身が老い衰えた状態

●当院での取り組み

当院透析室では2023年12月より腎臓リハビリテーションを開始しており、研修を受けたスタッフ3名が中心となって行っています。当初は4名の患者さんから開始し、現在は9名の患者さんが1年継続を目標に取り組んでいます。

運動メニューはストレッチや有酸素運動、レジスタンス運動と呼ばれる筋肉トレーニングの3種類を中心に、透析開始30分後から開始して約1時間で患者さん一人一人に合わせた運動メニューを行っています。患者さんからも運動により「家で転ばなくなった」「足が軽くなった」、「足がつらなくなった」、「歩く時の一歩が踏み出しやすくなった」、「お風呂の浴槽に入るとき足が上がるようになった」など日常生活動作の改善が見られたという声も直接お聞きしています。



ボールを用いた下肢の筋肉トレーニング



エルゴメーター

リハビリスケジュール例

10:00 透析開始

الارازاراني ٥٥٠

10:30 リハビリ開始

①腰ひねり運動

②ゴムバンド

③ボールはさみ

④エルゴメーター 等

→ 11:30 リハビリ終了

__ _ _ ,

13:00 透析終了

●実績

1日のリハビリ開始前と終了後に、①バランステスト②歩行テスト③椅子立ち上がりテストを行って評価しています。さらにリハビリ開始前と開始90日後に評価したところ、点数が2倍まで改善した患者さんもいらっしゃいます。開始から90日以降も継続して評価を行っており、点数化して可視化することで患者さんのモチベーションが下がらないように工夫しています。

また透析患者さんは血管の石灰化**3が起こりやすいため、下肢の血流障害が起こる可能性が通常の方と比べてかなり高くなっています。そのため定期的にABI検査**4を行っていますが、リハビリ開始前は測定不能だった患者さんの数値がリハビリ開始後に改善した事例もあり、運動による効果が見られています。

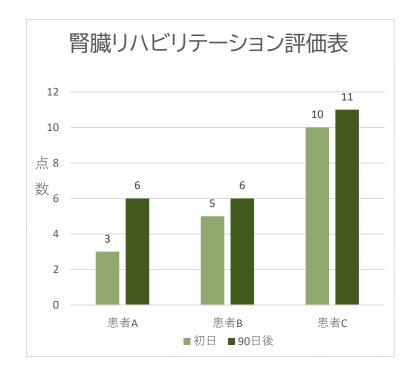
※3 石灰化…動脈硬化が進行した血管にカルシウムが付着 し、血管壁の柔軟性と弾力を減少ささせてし まう現象

※4 ABI検査…上腕と足首の血圧から下肢動脈の狭窄・閉 塞を評価して数値化する検査

●透析患者さんへ

当院ではできるだけ多くの患者さんに運動療法に興味を持っていただきたいと思っています。 腎臓病患者さんは健康な人に比べて、心臓や脳の病気になる可能性が高いと報告されており、運動療法を習慣化することで体力が向上し、生活の質や生命予後の改善につながると言われています。腎臓リハビリテーションによって透析患者さんは週3回、透析時に安全で効果的な運動が行えます。現在施行中の患者さんたちは、「少しでも長生きしたいから頑張る」「運動すると生きていると感じられるんだ」とリハビリに臨まれています。

その他にもリハビリを90日間継続された方には、1年継続を目指して頑張って欲しいというスタッフの気持ちを込めて、写真付きメッセージカードを渡しています。私たちスタッフも患者さんの言葉に応えるため、患者さんに寄り添いながら目標達成に向けてリハビリを実施しています。患者さんのモチベーションを維持できるよう思いを込めてこれからも取り組んで参ります。





実際のメッセージカード



腎臓リハビリテーション担当スタッフ

e e de le le métion

小児科医 小林先生による

パパママサロン

留萌市では、令和5年9月より乳幼児健診の実施日に合わせて、留萌市保健福祉センター はーとふるにて留萌市子育て支援センター主催の「パパママサロン」を開催しています。留萌市立病院 小児科医の小林先生が講演、および参加者からの質問に答えていますので興味のある方はぜひご参加ください。





●小児科医 小林先生より

パパママサロンでは症状があって来院する患者さんとは違い、予防や今後の備えとして「日常の診察でよく聞かれること」、「一般的な注意としてお話すること」を中心にお話しています。お子様の具合が悪い時、病院を受診したが不安だといったことは多々あると思います。このサロンに参加することで、親御さんの不安を少しでも取り除くことができたらいいと思っています。

「こんなことで受診していいのかな?」「こんなことで電話したら迷惑になる?」

このような悩みを無くすことができるように今後も受診または相談の判断基準や、これを知っていれば病院に問い合わせをしなくても大丈夫という子育ての助けとなるお話をしていきたいと考えています。

普段病院に来る機会が少ない方や、病院ではゆっくり話を聞く時間が取れない方の悩みを直接聞いてお話しできるいい機会だと思いますので、健診のついでに気軽に参加して欲しいです。



小林誠司 -こばやしせいじ

東京都出身、1972年生まれ

趣味:旅行、自転車

経歴:高校卒業後東京大学へ進学、大学院を卒業

研究職を9年(日本・アメリカ・マレーシア) 勤め、その後札幌医科大学に進学し医師免

許を取得、留萌での勤務は2022~2023年に

続いて2度目

2024年より小児科部長に就任

ed been segue

クラウドファンディングへのご協力をお願いします

当院はこの度、血管造影室で使用しているDICOM動画ネットワークシステム*1を更新する運びとなりました。それに伴い、機器の更新にかかる費用をクラウドファンディングを利用して皆さまからのご寄付を募っています。10月7日から開始し、12月20日の期間で実施していますので、皆さまからのご支援、ご協力をお待ちしております。

●クラウドファンディングチームより

本プロジェクトは、ご寄付総額が期日までに目標金額に届かなった場合でも必要金額分を当院の資金にて負担するなどして、必ず実施内容の通り実行いたします。当院は留萌管内で唯一の血管造影検査室を有した病院です。年間100件以上の検査を行っており、その中でも当院に搬送され、直ちに検査もしくは治療が必要と判断された緊急の症例は40件を超えています。心筋梗塞などの循環器疾患は時間との勝負です。留萌管内の治療を維持するために、皆さまのご支援、ご協力をお願いいたします。本プロジェクトを通して、当院が留萌医療圏の中で循環器救急にかける思いを地域住民の皆さまと医療関係者の方々に知っていただき、幅広くご寄付を賜れると幸いです。何卒、ご寄付のほどよろしくお願いいたします。

※1 DICOM動画ネットワークシステム…主に循環器疾患の治療である心臓カテーテル検査などの血管造影検査で使用する動画サーバーです。現在使用している機器は最後の更新から10年以上経過しており、カテーテル検査等を円滑に行うためには必要不可欠なシステムです。





クラウドファンディングホームページ https://readyfor.jp/projects/rumoi-hp

野球部が全道大会に出場しました

当院野球部は、7月14日に留萌市で行われた道 北6市市立病院野球大会で準優勝という成績を修 め、9月28日に岩見沢市で開催された全道大会へ と出場し、留萌市立病院としては平成27年度大 会以来の9年ぶりの全道大会出場となりました。 日頃の業務と練習で培った団結力を発揮しまし たが、惜しくも第1回戦敗退という結果となりま した。練習や試合等を通し、職種の垣根を超え てチームの輪を広げています。



2000 of 2000 of

医療連携室が患者支援センターに生まれ変わりました

患者支援センターは外来受診から入院・退院までを看護師や医療ソーシャルワーカーなどの 多職種が協働し、一貫したサポートを提供することを目的としています。外来や病棟、地域の 医療・福祉関係機関などとの連携を深め、住み慣れた地域で切れ目のないサービスを提供する ために支援体制の強化を図り、患者さんやご家族のサポートを行っています。

●患者支援センターの3つの役割

医療連携

他医療機関からの診察 依頼・検査予約・転院 調整・内服内容等の確 認等

入退院支援

入院前に既往歴などの確認 退院に向けて必要な介護 サービスの調整や転院・施 設入所への調整と手続き

医療福祉相談

介護保険・社会福祉制度に 関する相談 療養生活全般に関する相談 病院へ対するご意見・ご要 望の対応

当院に通院・入院している患者さんやご家族が治療や療養生活に関することで心配なこと、 その時々で困っていること、悩んでいることに対しての相談を随時受け付けています。これま での経験を活かして全力でサポートできる体制を整えていますので、お気軽に患者支援センタ ーへお越しください。

健康診断を受けてみませんか?

当院では、通常の企業健診や人間ドックの他にプチ健診も行っています。予約は不要で診察券や保険証も必要なく手軽に受けることができる健診です。また価格も500円から2,500円とリーズナブルで、ご自身の受けたい検査だけを選ぶことが出来ます。血糖値やコレステロール・肝機能が気になる方、食事や運動指導に従って頑張った結果を確認したい方におすすめです。一階ロビーもしくは病院ホームページにプチ健診の申し込み方法や内容など掲示しておりますのでぜひご覧ください。

※現在は上部内視鏡(胃カメラ)を用いた健診は行っておらず、胃バリウム検査での健診となります。



留萌市立病院 ホームページ https://rumoi-hp.jp/