



ゆきぐに大和病院だより

理念

私たちは、自然のうるおいの中で、
人それぞれの希望に満ちたくらしを支え、地域医療を推進します。

2014

7月号

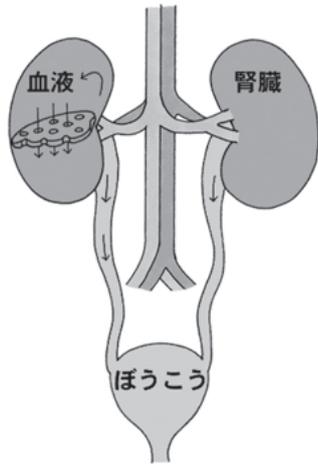
あなたの腎臓を守るために

腎臓内科 医師 大河原 晋

皆さんは「腎臓」というとどのようなイメージをお持ちでしょうか？体の中にはさまざまな臓器があり、それぞれが大切な役割を持っています。腎臓は体内環境を整える流れの中で最後に位置する臓器であり、サッカーでいえば、脳や心臓がフォワード（攻撃選手）なら、腎臓は守りの要であるゴールキーパーと言いつつ、守ることができません。皆さんが脳や心臓の病気といわれると、「これはたいへん！」と思うのは当然ですが、腎臓の病気にはあまりピンとこないのは、その重要性が十分に理解されていないからかも知れません。今回は腎臓について皆さんの質問にお答えしたいと思います。

質問1：腎臓はどこにあり、どのような働きをしているのでしょうか？

腎臓は左右の腰のあたりに一つずつあります。その働きは、①体の中の水分調整のために不要な水分を尿として排泄すること、②体の中の老廃物を尿に溶かして排泄すること、③摂取したナトリウムやカリウムに代表される電解質を調節すること、④貧血や低血圧



にならないようにするホルモンを産生すること、などが挙げられます。

質問2：腎臓の働きが低下すると、どのような症状が出現しますか？

腎機能低下によって、腎臓そのものの痛みや苦しみが出ることはありませんが、症状が出にくいために、その発見が遅れる原因にもなります。腎機能低下による症状はかなり進行してからでないとい

状がでないことが多く、代表的な症状としては、血圧が高くなる、足がむくむ、貧血が進行す



る、疲れやすくなる、といったことが挙げられます。

質問3：どのような病気で腎臓が悪くなるのでしょうか？

腎臓の病気には大きく分けて2つのタイプがあります。腎臓にのみ病気が起こる疾患と他の疾患の合併症として腎臓の病気が併発する疾患があります。腎臓にのみ病気が起こる疾患の代表として10～30歳代の比較的若年層に多くみられるIgA腎症があります。このIgA腎症は日本人に最も多く認められる慢性腎炎であり、その発症は血尿が始まるが多く、早期に診断ができれば現在では腎不全に至ることを防ぐことが可能になりつつある疾患です。他疾患から腎機能低下を来す疾患の代表的なものには、糖尿病と腎硬化症が挙げられます。新規に透析を必要とする症例の約半数が糖尿病性腎不全であり、非常に問題の多い病気です。また、腎硬化症は肥満・高血圧・高尿酸血症・脂質異常症といった動脈硬化性疾患の危険因子の存在により、全身の動脈硬化とともに腎機能が低下する病気です。

次ページへ続く



診療日のご案内

入院患者さまとの面会は、
月曜日～金曜日：15:00～20:00、
土曜日・日曜日・休日：13:00～20:00
となります。(時間厳守)

説明	診療科に対する曜日欄の記載は、○＝診療日、■＝休診となります。
	○と(休診有)の記載がある場合は、当月に臨時休診があります。備考欄で、休診日をご確認ください。また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	○	■	○	○	○	新患のみ	8:00～10:00	⑧⑨9:00～ ⑩⑪⑫10:20～	※一日15名で受付終了
予約	○	■	○	■	○	■	電話での予約受付は できません		
専門外来								10:20～	
脊椎	■	8日・22日	■	■	■	■			
上肢	■	■	■	○	■	■			
足	■	■	■	■	■	12日			
退院後	○	■	■	■	■	■		9:00～	
人工関節	■	■	○	■	■	■			
骨粗しょう症	■	■	■	○	■	■			

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	■	■	○	■	■	5日・19日	⑧8:00～11:00 ⑨予約制	9:00～	
午後	■	■	2日・16日・ 30日	■	■	■	13:00～15:00	13:00～	

形成外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	■	■	■	■	○	■	13:00～14:30	13:30～	

リハビリ テーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	■	■	■	■	○	■	予約制	9:00～	

★子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌	7月10日(木)	15:00～	15:10～
二種混合(ジフテリア・破傷風)	7月31日(木)	15:30	
三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)			13:30～
四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	7月4日(金)	13:20～	
麻しん風しん混合(1期・2期)	7月11日(金)		
BCG・ポリオ・日本脳炎	7月18日(金)		
水痘・おたふく・ロタウイルス	7月25日(金)		
A型肝炎・B型肝炎			
子宮頸がん			

※予約が必要です。予約・お問い合わせは、医事課まで。
※1日の接種者数が限られておりますので、お早めにご予約ください。

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

病院休診日のお知らせ

21日(月) 祝日・海の日/
第3月曜日

※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右「備考・休診日」欄でご確認ください。

1ページからの続き
あなたの腎臓を守るために

質問4：腎機能が低下した時の対応方法は？

腎機能が低下する原因となった病気への対応はもちろん必要になりますが、腎機能低下を予防する方法として食事管理がとても重要になります。食事を守る必要のある第一ポイントは塩分を制限することです。腎機能が低下した場合、塩分摂取は一日あたり6g以下を目標とします。第二点目として、タンパク質摂取の制限です。腎機能が低下した状態でのタンパク質の過剰摂取は腎臓に負担をかけることになりま



す。タンパク質の摂取は最低でも標準体重あたり0.8g/kg/day以下をめざします。

皆さんの質問にお答えする形で話を進めてきました。内容的にやや難しい点もあったとは思いますが、心配なことがあれば病院スタッフに気軽に相談してください。



平成26年7月

診療科

予約または予約変更について

受付日時：予約変更は予約変更をしたい診療科が診療している日の、月～金曜日の午後2時～4時（歯科は歯科の受付欄参照）
 方 法：電話による受付（予約は婦人科、リウマチ科、睡眠時無呼吸外来、形成外科のみ電話受付可能）
 ※予約変更は、「やむを得ない」場合に限りです。

ゆきぐに大和病院 代表

TEL 025-777-2111
 FAX 025-777-3853

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	○	○	○	8:00～ 11:00	9:00～	
内分泌糖尿病	—	—	—	—	○	—			
循環器内科	○	備考参照	○	○ (休診有)	—	12日・26日	8:00～11:00	9:00～	火曜日＝予約制 休診＝10日(木)
腎臓内科	○	—	○	—	○ (休診有)	12日	予約制 (3ページ上の記事参照)	10:15～	休診＝4日(金)
呼吸器内科	—	—	—	○	—	○	8:00～ 11:00	9:00～	初診は予約が必要
神経内科	○	○	—	○	○	—			
睡眠時無呼吸	—	—	—	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	13:30～	

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○	○ (休診有)	○	8:00～11:00	9:00～	休診＝1日(火)、9日(木)、 14日(月)、25日(金)
午 後	○ (休診有)	○	○	○ (休診有)	○	—	13:00～14:30	13:30～	休診＝3日(木)、14日(月)、 24日(木)

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	—	○	—	○	○	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	9:00～	
メモリークリニック	○	—	○	—	○ (休診有)	—		月⑨9:30～ 金⑩13:30～	休診＝25日(金)
高次脳機能障害科	14日・28日	—	—	—	—	—		13:30～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:00～11:00	9:00～ 第1・3④ 10:00～	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	午前	○	22日	○	—	○	8:00～11:00	9:00～	
	午後	—	—	—	—	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	14:00～	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:00～11:00	9:15～	予約優先
予約制	—	○	○ (休診有)	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	火⑨9:15～ 水⑩10:30～	休診＝23日(木)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
予約制	—	—	—	—	—	○	予約制 ※備考参照	9:00～	当院眼科医師より 再診の指示がある方のみ 〔電話予約可 月～金曜日 14:00～16:00〕

耳鼻いんこう科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	—	—	—	—	—	○	8:00～11:00	9:00～	
	午後	—	○	—	○	—	13:00～15:00	14:00～	
皮膚科	—	—	○	—	○	—	8:00～11:00	9:00～	
泌尿器科	—	—	—	○	—	—			

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
歯科・小児歯科	○	○	○	○	○	○	予約制 〔電話予約可 10:00～12:30 13:30～16:00〕	9:00～	
矯正科	—	—	9日・16日・ 30日	—	—	—			
歯科口腔外科	○	○	—	○	○	○			

南魚沼市民病院

建設工事安全祈願祭が行われました

5月24日、南魚沼市民病院建設敷地において病院建設工事安全祈願祭が執り行われました。



井口市長をはじめ病院関係者、工事関係者など約50人が参加し、建設工事の安全を祈願しました。

南魚沼市民病院は、現在の県立六日町病院の隣に建設されます。病院の規模は地上2階・一部3階建て、延床面積約12,890㎡、病床数は140床で、平成27年の医療再編に合わせて工事を進めていきます。

新病院は、南魚沼市を中心に魚沼地域の安全で安心な地域医療を担い、周辺の医療機関も含めた医療連携ネットワークを構築していきます。

リハビリ豆知識

言語聴覚士が伝えたい「食事のむせ」について

言語聴覚士 松田夏美

食事の時に食べ物がのどに詰まったり、むせたりしたことはありませんか？ 一時的なものであれば、誰にでも経験があることだと思いますが、食事の度にむせたり、長期的に続いているものであれば、嚥下障害という飲み込みの障害があるかもしれません。



【飲み込み】

口から取り込んだ食べ物や飲み物をゴックンと飲み込み、胃に送り込む過程を「嚥下^{えんげ}」といい、これがいわゆる「飲み込み」です。この飲み込みに関わる筋肉や反射の低下によって、飲み込みに支障が出ることを嚥下障害といいます。嚥下障害で怖いのは、食べ物などが食道ではなく気管や肺に入ってしまう「誤嚥^{えん}」です。誤嚥することによって、窒息や肺炎など生命に危険を及ぼす事態になりかねないからです。

【むせ】

では、人間の体は何の抵抗もなく窒息や肺炎

になるかというと、そうではありません。人間の防御反応として現れるのが、「むせ」です。むせるといふ現象は、誤嚥したものを吐き出し、気管や肺を守るための正常な働きです。それが頻回になると、嚥下障害のサインとなります。ただし、むせは嚥下障害のサインの一つであり、むせない誤嚥というものも存在するため、むせないから大丈夫と判断するのは危険です。必ず、他のサイン（体重の減少、飲み物が苦手、痰が出る、のどの違和感など）と合わせて確認することが大切です。

【対応】

嚥下障害は、気付いたら早めに検査を受けたり、予防策をとるようなことが大切です。検査では、口やのどの動き、食べ物のがどを通る様子などをみます。方法は、直接観察する方法や、内視鏡やレントゲンを用いて観察する方法などがあります。予防策には、飲み込みの力を保つための運動や、食物の形態を工夫する方法、食事の姿勢・環境を整える方法などがあり、その方の飲み込みの力に応じた対応が必要となります。

より良い食生活のために、これらのようなサインがある方は、一度かかりつけの医療機関にご相談していただきたいと思います。