



基本理念 基本方針 患者さまの権利と責任

基本理念

“生命の尊重と安全の確保”

基本方針

1. 患者さまを中心とした医療を目指します。
2. 診療に対して説明と同意を得ることに努めます。
3. 親切で優しい、安らぎのある病院づくりを進めます。
4. 地域に密着した医療を目指します。
5. より良い医療が行われるよう、自己研鑽に努めます。

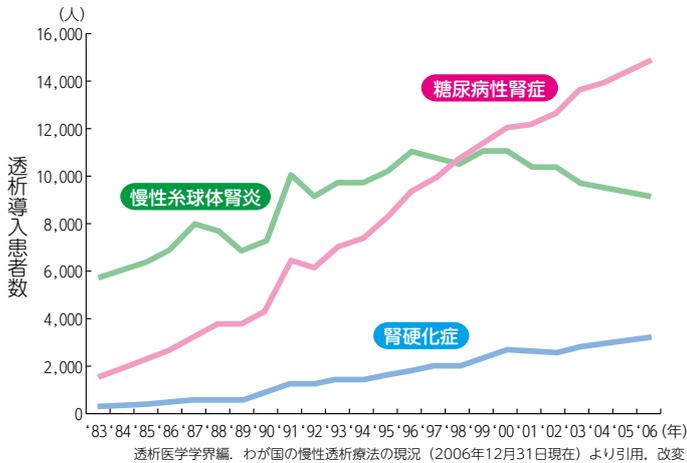
患者様の権利と責任

1. 診療内容について、正確でわかりやすい説明を受ける権利があります。
2. 納得できる説明を受けたのち、自分の意志で検査・治療に同意し、あるいは拒否することもできます。
3. 診断・治療について、他の医師の意見を求めることができます。(セカンドオピニオン)
4. 個人情報保護されます。
5. より良い医療を受けられるよう、積極的に医療に参加する責任があります。

CONTENTS	
基本理念・基本方針・患者さまの権利と責任	1
メディカルシリーズ： 腎臓を長持ちさせるための生活改善慢性腎臓病(CKD)の予防 Vol.2	2
手づくりドレッシングでおいしい料理を	3
外来担当医一覧表	4

腎臓を長持ちさせるための生活改善 慢性腎臓病 (CKD) の予防 (Vol.2)

腎臓の病気にはどんなものがある？ 透析の原因になる腎臓の病気



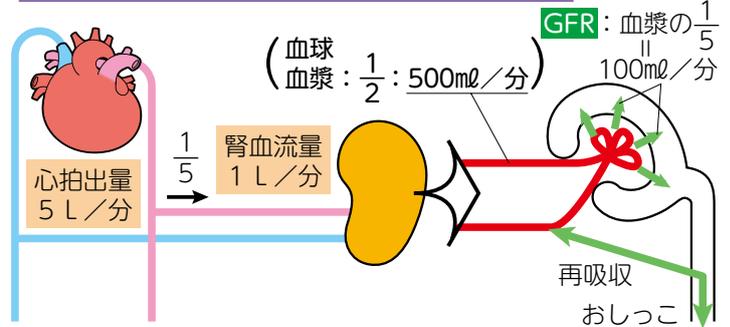
腎臓 2 つに...



200万個

糸球体

腎臓を流れる血流量と糸球体ろ過量 (GFR)



慢性腎臓病 (CKD) のステージ (病期)

CKDステージ	CKDステージ 1~2	CKDステージ 3	CKDステージ 4	CKDステージ 5
GFR値と腎臓病の程度	90以上~60% 軽度あるいは軽度の腎臓病	59~30% 中程度の腎臓病	29~15% 透析導入前 重度の腎臓病	15%以下 透析導入後 腎不全
該当する腎臓をクリックしてみてください!				
主な治療法		食事療法・薬物療法		透析療法・腎移植

腎臓の病気

- ① 糸球体腎炎** (しきゅうたいじんえん)
血液をろ過して尿を作る「糸球体」と呼ばれる部分に炎症が起きる病気
- ② 糖尿病性腎症**
糖尿病によって糸球体が悪くなり、血液をろ過して尿をつくる働きが著しく低下する病気
- ③ 腎硬化症**
高血圧や動脈硬化などによって腎臓の中の動脈が悪くなり、血流障害が起きる病気

特に生活習慣と深い関わり

慢性腎臓病 (Chronic Kidney Disease: CKD) とは?

- ① 蛋白尿が続いている
- ② 腎臓の働きが正常の約 5 割以下である

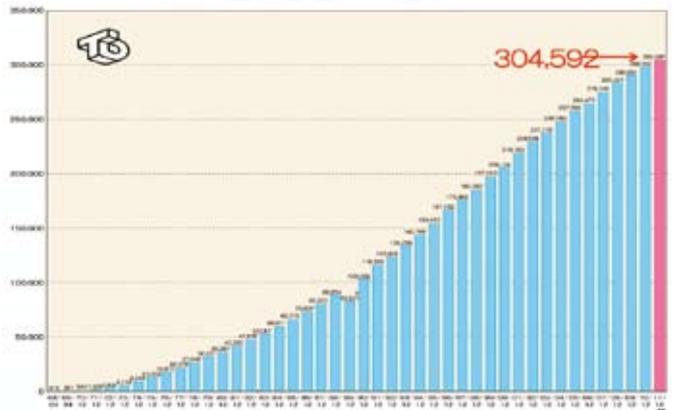
腎臓の働きをみる物差し 糸球体ろ過量 (GFR)

- ・ 1 分間に糸球体でろ過されてくる血漿の量
- ・ 糸球体は200万個あって、全体で 1 分間に 100ml の血漿をろ過している。

なぜ今CKD (慢性腎臓病) は怖い?

1. CKDの患者数が多い

透析患者数の推移

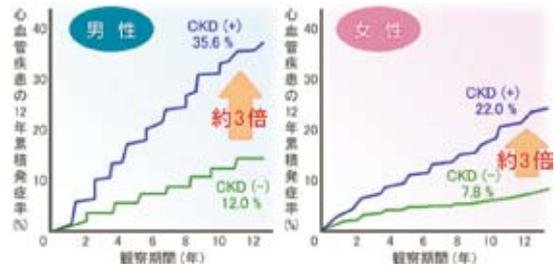


(社)日本透析医学会 統計調査委員会
「図説わが国の慢性透析療法の現況 (2011年12月31日現在)」

透析患者30万人 (日本人400人に1人)
CKD(1~5)1,300万人 (日本人に10人に1人)

日本透析医学会編:わが国の慢性透析療法の現況(2007年12月31日現在)
日本腎臓学会慢性腎臓病対策委員会・疫学調査WGのデータ(平成20年)
Clinical Practice Guidelines for CKD AJKD 2002
日医雑誌, No134, Vol. 12(2006年3月)より作図

慢性腎臓病(CKD)があると、脳卒中や心筋梗塞など
心血管病発症のリスクが高くなる

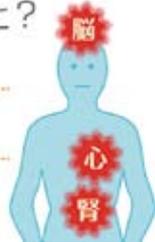


2. CKDは国民の健康を脅かしている

慢性腎臓病(CKD)って?

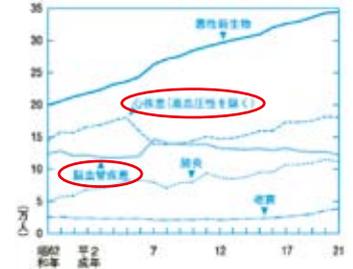
慢性腎臓病(CKD)が進行すると?

- CKDのリスク1 末期腎不全のリスク
- CKDのリスク2 脳卒中・心筋梗塞のリスク



寝たきりの原因

死因別死亡者数



手づくりドレッシングでおいしい料理を

市販のローエネルギードレッシングは各種出まわっていますが、手軽に手作りして自分好みの味を見つけてはいかがでしょうか。材料の組み合わせ次第でバリエーションは広がります。4つのドレッシングを基本に、それにピッタリ合うサラダや和え物をご紹介します。

野菜ドレッシング

〈材料〉2人分×2回
玉葱 50g サラダ油またはオリーブオイル
人参・セロリ 40g 大さじ1
酢またはワインビネガー 大さじ2+1/2
塩 小さじ1/2強
こしょう 少々

和風ドレッシング

〈材料〉2人分×2回
しょうゆ 大さじ1+1/2 砂糖 小さじ1/2~1
酢 大さじ1 塩・こしょう 各少々
サラダ油・だし汁 小さじ2

中華ドレッシング

〈材料〉2人分×2回
しょうゆ 大さじ1+1/2 オイスターソース・砂糖・ごま油 各小さじ1
酢 大さじ1

ヨーグルトドレッシング

〈材料〉2人分×2回
プレーンヨーグルト 1/2カップ あらびき黒こしょう 少量
レモン汁・サラダ油 大さじ1 はちみつ 大さじ1/2
塩 小さじ1/4

〈作り方〉
野菜は一口大に切り、そのほかの材料とともにミキサーで攪拌する。

人参ともやしの和え物

〈材料〉2人分
人参 100g 中華ドレッシング 2人分
もやし 100g にはら 10g

〈作り方〉
①人参は4~5cm長さの細切りにする。
②沸騰湯にもやし、人参の順に加え、1分ゆでたぎらしてあげてさます。
③にはらは刻み、ドレッシングに加えて10分おく。
④②の水気を絞って器に盛り、ドレッシングをかける。

焼ききのこのサラダ

〈材料〉2人分
エリンギ 1パック サニーレタス 1~2枚
しめじ 1/2パック 野菜ドレッシング 2人分
れんこん 小1/2節 薄口しょうゆ 小さじ1

〈作り方〉
①エリンギは食べやすい大きさに裂く。しめじは小房に分ける。れんこんは3mm厚さの輪切りにし、酢水にさらす。
②①をグリルで香ばしく焼く。
③ドレッシングにしょうゆを加え混ぜる。
④皿にちぎったレタスを敷いて②を盛り、ドレッシングをかける。

トマトのらっきょう風味和え

〈材料〉2人分
トマト 中2個分 和風ドレッシング 2人分
青しそ 2枚 らっきょう 3個

〈作り方〉
①トマトは一口大に切る。しそは千切りにし、水にさらして水気をきる。
②らっきょうは刻み、ドレッシングと混ぜ合わせる。
③器にトマトを盛ってドレッシングをかけ、しそを天盛りにする。

じゃが芋サラダ

〈材料〉2人分
じゃが芋 小2個 ヨーグルトドレッシング 2人分
ピーマン 1個 粒入りマスタード 小さじ1/2
コーン(缶詰) 大さじ2~3

〈作り方〉
①じゃが芋は5mm厚さのいちょう切りにする。ピーマンは5mm角に切る。
②塩少々を加えた沸騰湯でじゃが芋を5~6分ゆで、さらにピーマンを加えてさっとゆでて湯をきり、冷ます。
③ドレッシングにマスタードを加え混ぜ、②と汁をきったコーンを和える。

健康保険諫早総合病院外来担当医一覧表

平成25年9月1日現在

診療科	診察曜日	月	火	水	木	金	
内科	1	(糖尿病) 佐藤 剛	(糖尿病) 伊藤 文子	(糖尿病) 佐藤 剛	(糖尿病) 佐藤 剛	(糖尿病) 伊藤 文子	
	2	(呼吸器)新患 泊 慎也	(呼吸器)新患・旧患 近藤 晃	(呼吸器)新患 泊 慎也	(呼吸器)旧患 近藤 晃	(呼吸器)新患 近藤 晃	
	3	(呼吸器)旧患 井上 祐一	AM(総合) 鳥居 和広	(総合) 龍田 洋一	(呼吸器)新患 井上 祐一	(総合) 龍田 洋一	
			PM(呼吸器)HOT・旧患 井上 祐一				
	5	(血液) 早田 央	(神経) 長郷 国彦	(血液) 早田 央	(神経) 長郷 国彦	(消化器)新患・旧患 高橋 孝輔	
	6	(消化器)新患・旧患 福島 真典	(消化器)旧患 福島 真典	(消化器)新患・旧患 植原 亮平	(総合) 鳥居 和広	(消化器)旧患 植原 亮平	
	7	(腎臓病) 村谷 良昭	(腎臓病) 徳山 鮎子	(腎臓病) 新井 英之	(腎臓病) 新井 英之	(腎臓病) 村谷 良昭	
	10	(消化器)二次検診 田淵真惟子	(消化器)新患・旧患 大場 一生	AM(内分泌) 安藤 隆雄	(消化器)新患・旧患 大場 一生	(呼吸器)旧患 泊 慎也	
	11	(神経) 野中 俊章	PM(CAPD) 村谷 良昭	(神経) 西浦 義博	(消化器)新患・旧患 橋本さつき	(神経) 西浦 義博	
	13	(リウマチ・膠原病) 藤川 敬太	(リウマチ・膠原病) 塚田 敏昭	(リウマチ・膠原病) 塚田 敏昭	(リウマチ・膠原病) 藤川 敬太	(リウマチ・膠原病) 塚田 敏昭	
	15	(循環器)新患・旧患 山口 研児	(循環器)新患・旧患 安永 智彦	(循環器)旧患 山口 研児	(循環器)新患・旧患 山口 研児	(循環器)新患 安永 智彦	
	16	(循環器)新患 安永 智彦	(循環器)旧患 児島 正純	(循環器)新患 児島 正純	(循環器)旧患 児島 正純		
	9:00~10:30 神経内科 急患対応	西浦 義博	野中 俊章	長郷 国彦	西浦 義博	野中 俊章	
	外科	1	(呼吸器) 持永 浩史	(消化器) 山口 広之	(呼吸器・乳腺内分泌) 君野 孝二	(消化器) 馬場 雅之	(呼吸器・乳腺内分泌) 君野 孝二
		2			(乳腺内分泌) 福田 明子		(乳腺内分泌) 福田 明子
		3	(消化器) 飛永 修一	(消化器) 小松 英明	(呼吸器・乳腺内分泌) 村岡 昌司	(消化器) 飛永 修一	(呼吸器・乳腺内分泌) 村岡 昌司
ストーマ外来		ストーマ外来(要予約) 第2・第4 14:00~					
整形外科	新患	渡邊精一郎	渡邊精一郎	西村 誠介	西村 誠介	土居 満	
	旧患	西村 誠介		土居 満		渡邊精一郎	
小児科	1	今村 善彦	横川 真理	田代 香澄	今村 善彦	大西 愛	
	2	大西 愛	田代 香澄	大西 愛	横川 真理	田代 香澄	
	専門外来 14:00~ その他	乳児健診(要予約) 14:00~ 予防接種(要予約) 15:00~13:30	第4(アレルギー) 田代 香澄	第1・3・5(神経) 松尾 光弘 第2(アレルギー) 田代 香澄 慢性疾患外来	第1・第3(心臓) 本村秀樹・中垣麻里	(発育) 横川 真理 第2・4(神経) 今村 善彦	
皮膚科	新(医療連携室)	石丸志帆子 西村 香織	西村 香織 松尾 陽子	石丸志帆子	西村 香織	石丸志帆子 末吉富美子	
	旧(院内紹介)	石丸志帆子 西村 香織	石丸志帆子	西村 香織	石丸志帆子	西村 香織	
泌尿器科	新患	青木 大勇	西村 直樹	渡辺 淳一	西村 直樹	渡辺 淳一	
	旧患	西村 直樹	渡辺 淳一	西村 直樹	青木 大勇	青木 大勇	
	ストーマ外来	ストーマ外来(要予約) 第1・第3 13:30~					
眼科	1	岸川 泰宏	岸川 泰宏	岸川 泰宏	岸川 泰宏	岸川 泰宏	
耳鼻咽喉科	新患	塚崎 尚紀	久永 将史	久永 将史	塚崎 尚紀	久永 将史	
	旧患	久永 将史	塚崎 尚紀	塚崎 尚紀	久永 将史	塚崎 尚紀	
	専門外来			14:30~16:00			
麻酔科	術前外来	酒井 一介			新谷 貞代		
	いたみの外来						
	緩和ケア外来					新谷 貞代	
産婦人科	新患 10:00以降	村上 聡子	福田 久信	吉田 至幸	福田 久信		
	旧患	福田 久信	村上 聡子	福田 久信	吉田 至幸	福田 久信	
	妊婦検診	吉田 至幸	吉田 至幸	村上 聡子	村上 聡子	助産師	
	母乳外来	☆ご希望の方は要予約(内線2610)					
放射線科		毎日：二川 栄・筒井 伸・城戸康男 担当 検査依頼は、二川 栄 ・ 筒井 伸まで					
歯科口腔外科	1	吉富 泉	吉富 泉	吉富 泉	吉富 泉	吉富 泉	