

笑顔あふれる
優しい病院

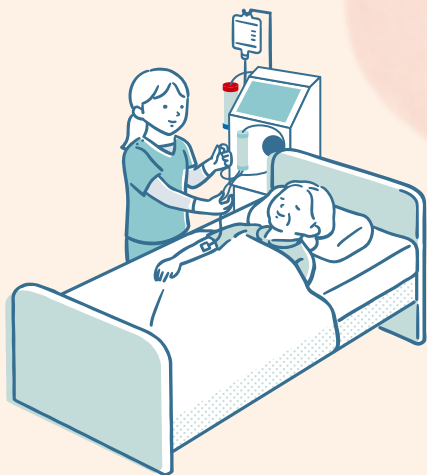
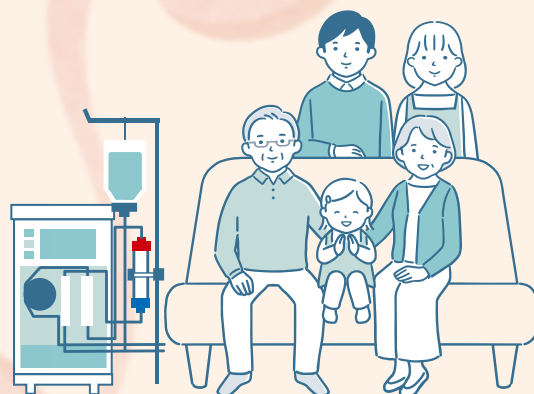
えがお

春

2024

令和6年3月31日発行

腎不全治療



知っておきたい
安心の透析ライフ



松本市立病院で受けられる腎不全治療

腎臓病にかかると?

8人に1人が慢性腎臓病の疑いがある!

誰でもなる可能性がある!



腎臓のはたらきが低下し、老廃物が十分にろ過・排出できず様々な症状を引き起こします。

進行すると慢性腎臓病、やがては腎不全になり、**透析治療**が必要になってまいります。

今回は腎臓病が進行した場合、当院でどのような治療が行われるのかを紹介していきます。

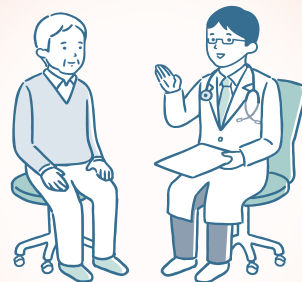
一貫した腎不全治療

当院では腎臓移植以外のほぼすべての治療を行うことができます。透析を始める前から透析維持期、合併症治療、入院在宅治療等、様々なステージに対応します。

慢性腎臓病外来 (CKD)

慢性腎臓病は、腎臓のろ過機能の低下、タンパク尿・血尿が出る等、異常が3か月以上続く状態を言います。

進行を予防するため日常生活の注意点、進行した時の症状や治療方法を説明します。



腎代替治療専門指導士が在籍しています。

療法選択 ~透析導入の準備も当院でできます~

「そろそろ透析が必要」と言われたら誰しも不安を感じます。

納得して自分に合う治療が選べるように、医療者から情報提供し、患者さんと相談しながら決めていきます。

早めの受診を心がけましょう!



治療開始

生活習慣の改善をサポートします。

自分に合った治療方法が選べるね!



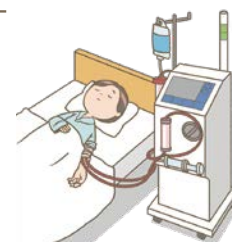
専門の医療者が治療方法を一緒に考えます。

内シャント造設術

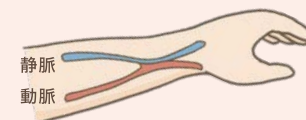
① 血液透析

血液を体外循環させ人工腎臓を介して体内の毒素や余分な水分などを除去する治療方法です。当院では月水金は午前、午後の2クール、火木土は午前のみ1クール行っています。

病態により異なりますが、週3回、1回当たり4時間が治療スケジュールになります。



シャントとは... 血液透析では体から血液を取り出し、きれいにして戻します。採血に用いる静脈では血液の勢いが弱いため、十分な血液が取り出せません。そこで手術で動脈と静脈を繋いだ「シャント」というものを用います。



PD用カテーテル腹腔内留置術

② 在宅腹膜透析 (PD)

お腹の中に透析液を入れ、腹膜を使って体内の毒素や余分な水分などの除去が自宅のできる治療方法です。

患者さんの都合に合わせた、スケジュールを組むことができます。通院は月に1回程度です。

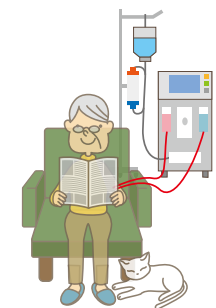


在宅透析用トレーニング

③ 在宅血液透析 (HHD)

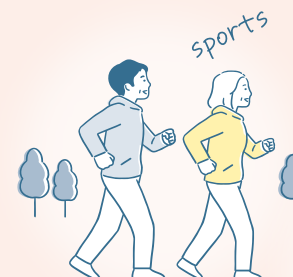
自宅に透析装置を設置し、透析装置の立ち上げから後片付け、穿刺等を自分自身で行い、外来通院することなく、自宅で全ての透析治療が完結できる治療方法となります。

在宅透析のメリットは、自身の生活様式に合わせ1週間に5日、3~4時間の治療が行われるので十分に透析ができ、合併症のリスク等を軽減できることです。



透析導入の準備

令和6年3月現在、中信地区では当院だけです。 ※日本在宅血液透析学会資料より



治療をしながらでも普段の生活ができるよ!



松本市立病院で より良い透析 ライフを送ろう!

当院は患者さまがいつまでも快活に、安心してすごしていただくために、様々な取組を行っています!

WiFi完備
しています!
ベッドは
37台あります



看護師 臨床工学技士

腎臓専門医 赤穂 伸二

透析センター

こんなところ

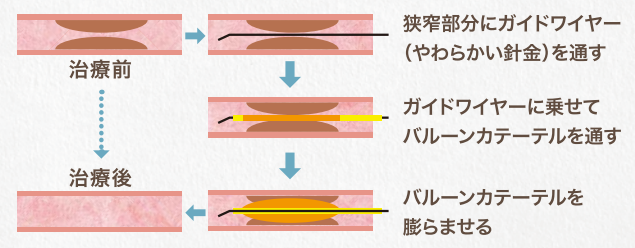


医師4名、看護師9名、臨床工学技士7名、MSW4名、管理栄養士1名で対応しています。
その中には慢性腎臓病療養指導看護師や血液浄化専門臨床工学技士もいます。

経皮的血管形成術 (PTA)

シャントに狭窄が確認されると、血管内にカテーテルを挿入し狭窄部位の拡張を行います。これをPTAと言います。

PTAを行うことでシャントの機能が回復し、十分な透析を行うことができますようになります。



シャント管理

シャントは血液透析を行う上でなくてはならないものです。血管に狭窄がおこり機能が低下すると、十分な透析が行えなくなってしまいます。

エコーを使って十分な血液が流れているか、血管内に狭窄はないか確認しています。



腎臓リハビリ

元気な生活が送れるよう運動を行ないます。当院では透析中にリハビリを集団で行っています。手・足を動かし筋力トレーニング、自転車こぎをします。



フットチェック

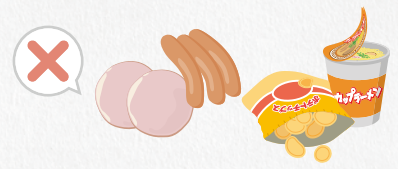
快適な日常生活を送るためには、足の健康を保つことが大切です。

当院では、毎月1回観察をして、足病変の早期発見・予防につとめています。



栄養指導

透析治療では日々の食事管理による調節も大切です。水分や塩分、カリウム、リンなどのとりすぎに気を付けることも必要ですが、低栄養にならないように、適正なエネルギーやタンパク質などがとれるようアドバイスします。



主食・主菜

過去3年間の実績

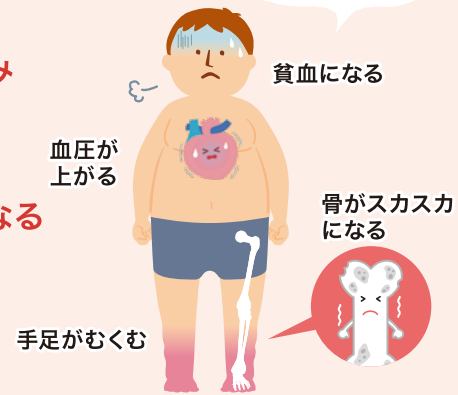
	2020年度	2021年度	2022年度
外来血液透析者数※	71	78	74
外来腹膜透析者数※	3	6	8
在宅血液透析患者数※	2	1	1
腎臓病専門外来件数 (CKD外来)	200	221	203
腎生検件数	4	8	9
シャント造設術件数	5	8	10
腹膜透析用カテーテル挿入術件数	1	4	4
経皮的シャント拡張術件数	48	56	83
特殊血液浄化件数 (緩徐持続血液透析、腹膜濃縮濾過再注法など)	11	13	28

※集計は各年度3月31日時点の数字です

腎臓病を予防しよう!

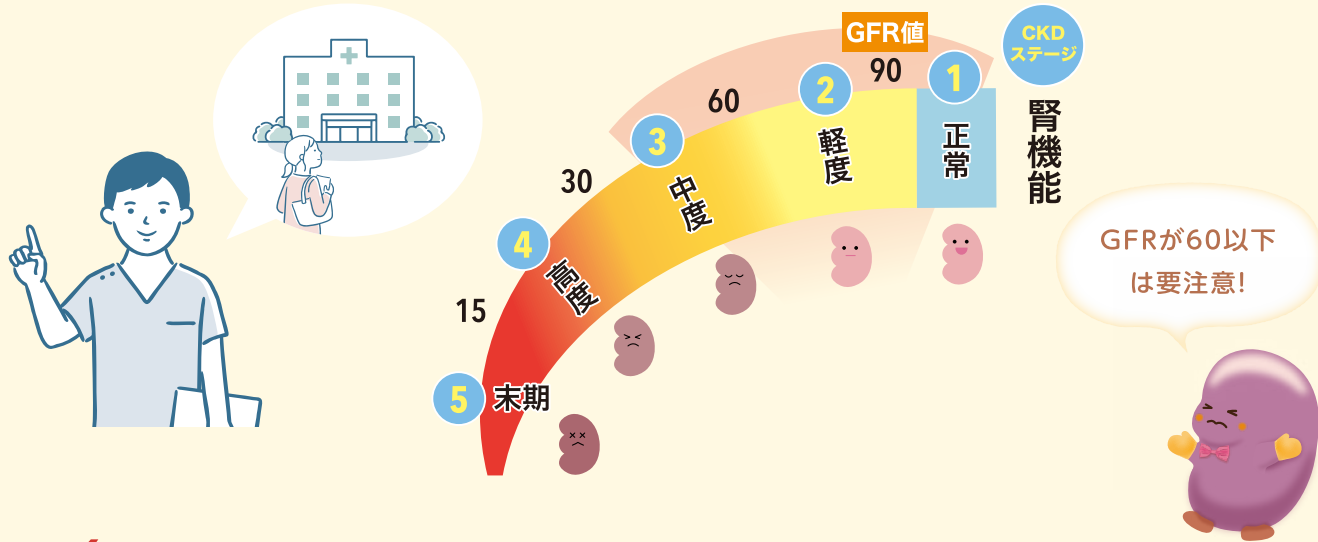
腎臓は「沈黙の臓器」といわれ、症状に気づいた時には透析治療が必要な段階という場合もあります!
また、低下した機能は自然には回復しません!

- ✓ 手足のむくみ
- ✓ 貧血
- ✓ 血圧の上昇
- ✓ 骨がもろくなる
- ✓ 疲労感



✓ 腎臓病は早期発見・治療が大切です!

ドック・健診を定期的を受け、早い段階で自分の状態を知りましょう!



✓ 生活習慣の改善を!

ステージ1~3までに生活習慣を見直し、腎臓病を予防しよう!

1 毎日の食事の見直し!

- 規則正しいバランスのとれた食事
- 減塩
- お酒を飲みすぎない

2 毎日の体調管理!

- 睡眠をしっかりとる
- 禁煙
- ストレスをためない

3 毎日の適度な運動!



透析センターでの高齡化社会への取り組み

レスパイト入院

介護が必要な患者さんに対しては、ご家族の介護疲れ、またお仕事の都合や冠婚葬祭に出席するなどの時に一時的に入院できる仕組みがございます。患者様だけでなく、ご家族も支援していきます。詳しくは申し込み時にお問合せください。



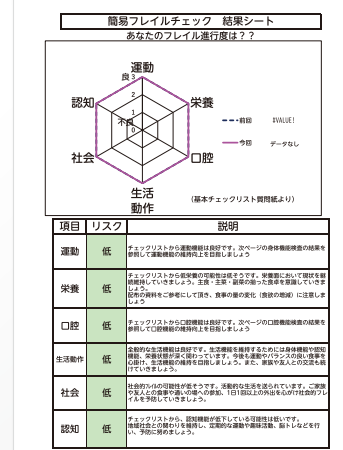
訪問看護

住み慣れた自宅で療養生活が送れるよう、看護師が訪問する制度です。患者さんの自宅に週1~2回伺うことができます。腹膜透析の患者さんでは健康状態や腹部カテーテルの観察指導等を行います。



フレイル対策

加齢により心身の活力が低下し、要介護状態の危険性が高まっている状態のことです。透析患者さんは一般の方に比べてフレイルに陥りやすいと言われています。当センターでは定期的なスクリーニングと結果説明を行い、フレイル対策に対する意識を患者さんと一緒に高めています。



アプリは
どんなものでもOK!

歩数計アプリで健康増進!



健康維持についてのメリットと活用方法

腎臓の機能が低下すると筋肉量が低下し、体力も低下すると言われています。
それには運動が効果的です! 歩数計アプリを活用して運動習慣を持ちましょう!

慢性腎臓病 (CKD) 歩数増加の効果は...

- ✓ 死亡リスクが低下
- ✓ 心血管イベントリスクが低下
- ✓ 腎機能悪化リスクが低下
- ✓ 体力向上
- ✓ ストレスや不安を軽減

運動習慣のない方は、
まずは**1日3,000歩**から
始めてみましょう!



さっそく
使ってみよう!



腎臓リハ体操!!

ムリなく!
気軽に!!

ちょっとした
空き時間に

無理のない運動習慣を始めよう!

YouTubeにて
腎臓リハ体操公開中!!



是非動画に合わせて
体操をしてみて
ください!!



Follow
me!



Instagram やってます! お産の情報や緩和ケアチームのコラム、
動画の情報などを投稿しています!



お知らせ

アプリ「カタログポケット」で
「えがお」を配信しています!
是非ご利用ください!



iphone



android

↓こちらからダウンロードください(無料)

病院の最新の情報は
ホームページをご覧ください!
<https://www.mt-hsp.jp>

