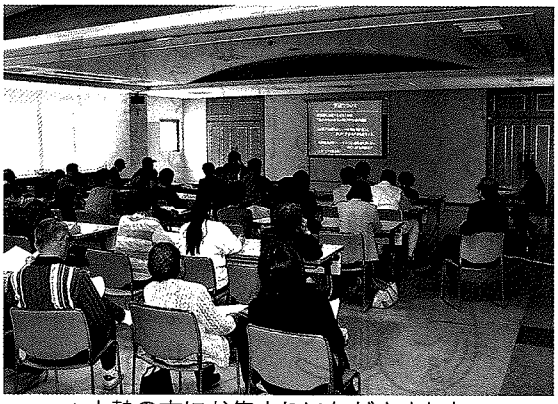
まめなかの

発行責任者
隠岐広域連合立
隠岐病院長
隠岐の島町城北町

まめなかの講座　第三弾！
「腎・泌尿器科系の疾患について」
泌尿器科　竹田昌希先生

泌尿器科の対象疾患は、腎臓・副腎・尿管・膀胱・男性性器が主なもので内科から外科まで幅広い疾病を診ます。四月二十八日、ふれあいセンターにおいて泌尿器科の竹田先生に「腎・泌尿器科系の疾患について」講演いただきました。当日は、六十人余の多数の住民の皆さまにお集まりいただきました。


▲大勢の方にお集まりいただきました

◇泌尿器受診の流れ

泌尿器を受診すると、問診→検尿→検査→診察→投薬の順で診療が行われます。

①問診…一番大事なことです！何がいつからどういうふうなのか、窓口の看護師にお聞かせください

②検尿…尿の検査をほぼ全員の方に行います。家ですませて、病院で尿がでないってことにならないように注意してください。

③検査…超音波検査・レントゲン検査・直腸診・血液検査・膀胱内視鏡などあります。

◇検尿で分かること

①試験紙法（定性・半定量）

・ｐＨ…尿中の酸性・アルカリ性の判定、結石のできやすい人で注意が必要。

・蛋白…アルブミンの検出

・潜血…ヘム鉄の検出、潜血陽性だからと言ってかならずしも血尿というわけではありません。

・ケトン体…糖尿病などで糖からうまくエネルギーを利用できないときに検出される。

・ビリルビン…肝機能異常などで検出される。

・ウロビリノーゲン…ビリルビンが腸肝循環して変化したもの。出ないと異常です。

②尿沈査

尿を遠心分離させ、細胞成分のみを顕微鏡で確認すること

・赤血球…正常でも顕微鏡一視野で数個の赤血球は認められます。

・白血球…炎症が起こっているところで出現

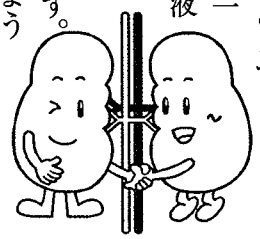
・細菌…尿路感染症が疑われます

・上皮細胞…粘膜の細胞の逸脱

・円柱細胞…腎臓自体の病気で出現しやすい

◇腎臓について

体の後腹膜に位置する左右一対のソラマメ型の臓器です。主な働きは尿をつくることです。一分間に約一リットルの血液が流入し、約一ミリリットルの尿を産生します。また、肝臓のような再生能力がなく、ダメージをうけたら、元には戻りません。その他腎臓の働きはたくさんあります。（水分・老王廃物の排泄、電解質・酸塩基平衡の是正、血圧調整に関与するレニンの産生、赤血球を作るエリスロポエチンの産生、骨を作る活性型ビタミンDの産生など）



◇腎機能のマーカー

腎臓の機能がいま、どれくらいの状態にあるのか指標となる検査があります。

・尿素窒素（ＢＵＮ）：食事中の蛋白質の代謝産物、腎機能障害で上昇。

・クレアチニン：筋肉でエネルギーを産生した後に生じる。腎機能障害で上昇。

・二十四時間クレアチニン・クリアランス：一分間あたりにどれだけの老廃物処理能力があるかをみます。腎機能障害で低下。

・カリウム（Ｋ）：主に細胞の興奮を抑える役割があります。

◇腎不全とは

腎臓の働きが低下し、その結果さまざまな症状が出現する病態をいいます。慢性糸球体腎炎、糖尿病性腎症が進行すると慢性腎不全となり、血液浄化療法（いわゆる透析）が必要になります。

◇血液透析とは

血液を体の外に取り出し、ダイアライザーという機械に通し、血液をきれいにしてまた体の中に戻します。個人にあった治療が可能ですが、週三回の通院、透析前後で体内環境の変化が大きいなどの欠点もあります。透析患者数は毎年一万人ずつ増加していて、現在日本では二十六万人余の人が透析をうけています（五百人に一人の割合）

◇腎疾患の予防について
予防に勝る治療はありません！

・まずは人間ドックや検診を受けましょう

血液検査、検尿があります。

・かかりつけの医者を見つけること

そして、医者の言うことを聞きましょう

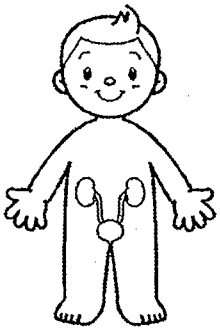
・現在通院中の病気があれば、しっかりコントロールすること（高血圧・糖尿病）

・食事に気をつけること

塩分のとりすぎは、高血圧につながります。

・適度な運動をこころがけること

腎臓は、いったんダメージをうけたら元には戻りません。早い段階で手をうつかどうかで、その後の人生に大きな差が生じます。自分の体の様子を検診などで毎年チェックしましょう



◇泌尿器科Ｑ＆Ａ

Ｑ．尿が泡立つのは病気？

Ａ．健常人でも尿の濃縮が見られる場合（早朝尿・水分補給が少ないときなど）に泡立つこともあります。しかし、尿蛋白が多い場合、尿糖が高い場合などでは泡立やすいと言われています。

Ｑ．腎臓をひとつ取ってしまったらどうなりますか？

Ａ．大丈夫なことが多いです。残された腎臓が頑張ってくれて、いままでとほとんど体の環境は変わりません。（代償性肥大：残った腎臓の大きさ・働きが増える）

Ｑ．尿漏れでこまっています、どういった状態になったら受診したらいいの？

Ａ．人によって、不快になる程度が異なります。夜中一回のトイレに行くのにも苦痛に思う人もいれば、尿パットを当てれば、全然気にならない人もいます。気になることがあれば、一度受診してみて下さい。いろいろな対策がありますので、一緒に考えましょう。

ＨＰＶ検査始めました

―子宮頸がんを予防しましょう―

子宮がんには、子宮の入り口にできる「子宮頸がん」と、子宮本体にできる「子宮体がん」があります。子宮頸がんと子宮体がんは発症する場所だけでなく、その原因やなりやすい年代も異なります。子宮頸がんの原因のほとんどがＨＰＶ（ヒトパピローマウイルス）の感染によるものであり、最近二十～三十歳代の若い女性が急増しています。

このＨＰＶというウイルスはごくありふれたもので、性交渉の経験がある女性であれば、ほとんどの女性が一度は感染するといわれていますが、多くの場合は自分の免疫力によってウイルスは体内から排除されます。しかし、ウイルスを排除できずに感染が長期化すると、子宮頸部の細胞に異常を引き起こし、長い年月を経て子宮頸がんと進行する危険性があります。そのため、子宮がん検診（子宮頸がん検診）の際にはＨＰＶ検査を同時にすることが有用であり、米国では子宮頸がん検診に異常なく、ＨＰＶ検査も異常なければ、三年後に再検査すればよいとも言われています。

現在ＨＰＶ検査が出来る施設は限られていますが、当院産婦人科外来においては本年六月からこの検査が出来ることとなりました。ＨＰＶ検査をご希望の方は、同時に行う子宮頸がん検診で採取したものの一部を用いて行いますので、時間的にも身体的にも子宮頸がん検診と変わりありません。ただし、ＨＰＶ検診の費用は自己負担になりますので、子宮頸がん検診以外に３５００円かかることをご了承下さい。ご不明な点、ご心配な点は何なりと隠岐病院産婦人科外来までお願いします。

産婦人科　加藤一朗

ご意見箱回答コーナー

「「様」呼ばれるのは、いまだに違和感があります。今、全国的に「さん」への見直しが進められています。

一度アンケートをとられてはどうでしょう。」という件について回答いたします。

当院では平成十二年から、より大事に思う気持ちをこめて「○○様」とお呼びしております。また、病室などスタッフと一対一で対面する場合などは「○○さん」と使い分けしております。

ご意見のとおり全国的には一部の病院で「○○さん」に戻した病院もあるようですが、「様」をつけることにより後に続く言葉、態度が自然と丁寧になりますので、こういうところからも患者様本位の考え方が、病院運営の様々なところに活かされるものと考えています。

この件につきましては、地域の皆様のご意見を引きつづきお伺いしながら検討していきたいと思います。

五月三十日

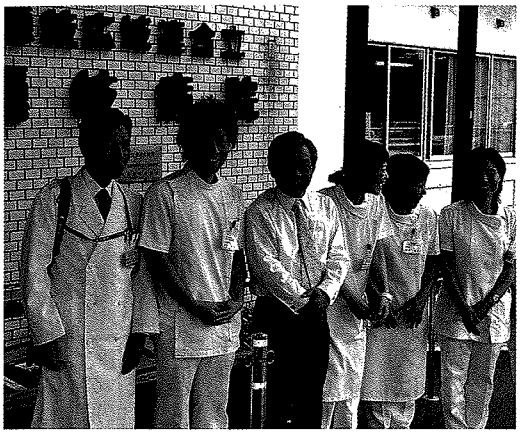
当病院では、ご来院された皆様の外来受診や入院生活をより良いものにするため、患者の皆様をはじめそのご家族の方々よりご意見をいただき、病院運営に活かしていきたいと思い、「ご意見箱」を設置しております。

お気軽にご意見をお聞かせください。

又、**隠岐病院長が地域に出かけて、住民の皆さまの声を膝を交えて聞く「医々とも座談会」（仮称）を企画しております。多数の皆さんの参加をお待ちしております。**

溝口県知事　来院！

六月八日、溝口善兵衛県知事が公務で隠岐に来島された際、隠岐病院へも足を伸ばされ、透析室など視察された後、若い職員と意見交換されました。そのなかの一人、リハビリテーション科の高村理学療法士からお話を少しだけ…。



▼病院前で溝口知事と記念撮影

県知事の来島・来院ともなるとこうも注目されるのかというのが、第一印象でした。意見交換会の部屋には、町長さん、支庁長さん、県の部長さんなどそうそうたる顔ぶれが並ばれ緊張しました。

私の所属する医療技術部は隠岐圏域内で考えてもギリギリのスタッフ数でやっており、時には島前病院に応援に行く事もあります。その中のリハビリテーション科では院内業務だけではなく訪問リハも行っており、さらには県からの委託事業として地域リハ支援センターと称し地域で働く職員の支援、島前病院出張を行っています。

そして私たちが主として行っていることは、患者さん御自身の理解ということに尽きます。

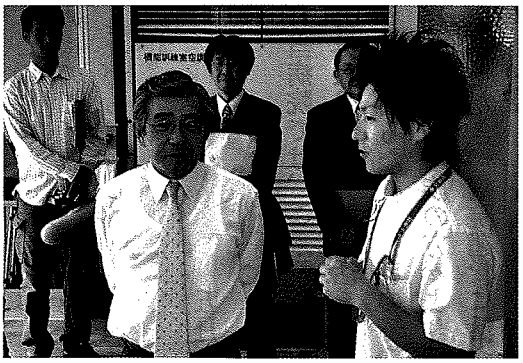
私たちセラピストがリハビリテーションという再学習を通して患者さんに理解してもらうのです。

例を挙げると、事故等により腕を切断してしまった方が、ないはずの腕に激しい痛みを伴うという幻肢痛が起こります。脳神経外科医ラマチャンドラン博士は幻肢痛を感じているのは切断面の神経ではなく、腕そのものをつかさどっている脳だと断言しています（彼の著書だけでなく、テレビでもよく取り上げられています）

そこで彼が行ったのは、鏡を使って、ないはずの左手の場所に鏡に映った右手の映像を照らし合わせると、あたかも左手があり動いているのを目で見て脳が錯覚する。この錯覚により痛みが消失していったという実験が有名です。ないものをないと思わせるより、ないのにあると思っている錯覚を錯覚によりあると思わせる・納得させることで脳を安定させるのです。実際はないはずの腕から感じ取る情報が間違ったものであるために、間違った情報を脳が受け取り処理し、間違った指令を素直に下す。これはリハビリテーションでは常識であり、そのために正しい情報を見つける、気づかせるように再学習をするのです。

これは人間の心身のなかでおこる現象だけにとどまらず、病院という組織、会社組織などでも同様のことがいえるそうです（脳科学者茂木健一郎「プロセスアイ」）

…このようなことを知事とお話をし、このような話を茶髪で髪の立った若僧が言ったにもかかわらず聞いていただいた知事に感謝を申し上げます。



▲リハビリテーション科の現状を説明する高村理学療法士

後日、隠岐病院視察に関しての新聞記事において、「みんなでがんばろうという体勢が病院にあり、できる限りの支援をしていきたい」との知事のコメントがありました。