

社会医療法人 愛生会

愛生会



特集
糖尿病内科

vol.98

総合上飯田第一病院の

「糖尿病診療」

患者の皆さんに
健康で幸せな人生を！

糖尿病内科部長 山本 由紀子

糖尿病という病気を、とても身近に感じられる方が多いのではないのでしょうか。それとともに糖尿病という言葉にネガティブな印象を感じられる方も多いことと思います。たしかに糖尿病は、血糖値が高いことが続くことで目・腎臓・神経の障害が起きたり、動脈硬化が進行しやすくなったり万病のもとになる病気であることが知られています。

日々の診療の中で
患者さんからこのような「不安の声」を
聞くことがあります

不安の声

毎日運動しなくては
ならないの？

糖尿病に
なったという事が
恥ずかしい

一生
治らないの？

病院に
行きたくない

薬を飲みたくない

厳しい
食事制限を
しなくては
ならないの？

怖いから
検査したくない

インスリンを
打ちたくない

1 糖尿病教育入院（随時入院可能）



お薬の調節・合併症の検査・運動療法・食事療法をおこなうのはもちろんのこと、糖尿病チームのメンバーが日替わりで勉強会を開き、患者さんに糖尿病についての知識を深めていただくことが一番の目的と考えて入院治療をおこなっています。

3 糖尿病 透析予防指導

糖尿病から腎臓を守るため、定期的に腎機能の検査をおこない、腎臓合併症がある患者さん向けに医師・看護師・管理栄養士による外来指導をおこなっています。

4 フットケア外来

糖尿病患者さんに起こりやすい足病変（壊疽（えそ）など）の予防のため、フットケア専門資格を持った看護師による足のケア（爪切りタコやウオノメの処置）をおこなっており、大変好評です。また定期的に患者さんの足の状態を確認し、患者さんがご自身で足のケアをするための指導をおこなっています。

2 外来糖尿病教室（偶数月第一木曜日）



外来初診の患者さんなどを対象に、1日の参加で糖尿病について全般的な知識を得ていただくための勉強会をおこなっております。勉強の一環として、ご家族とともに実際に糖尿病食を食べていただき、また理学療法士の指導のもと、実際に簡単な運動を体験していただくことができます。

お問い合わせ

総合上飯田第一病院
TEL
(052)991-3111

月～金 8:30～17:00
土 8:30～13:00

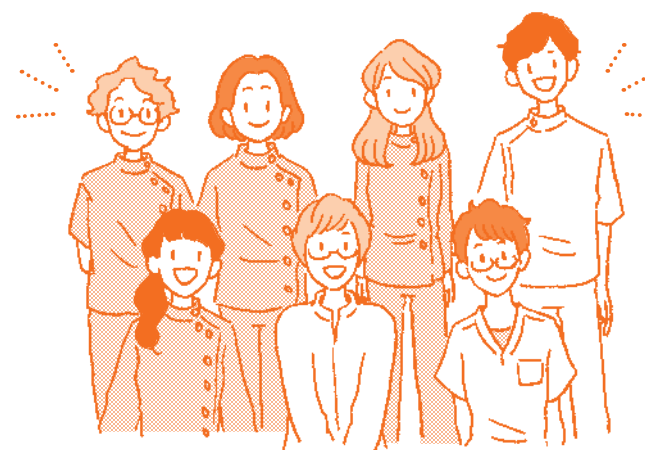
「糖尿病内科または、
糖尿病看護認定看護師」
とお伝えください。
できる限り早く対応させていただきます。

GOOD POINT

当院には愛知県内でも50人しかいない糖尿病看護認定看護師が在籍し、より専門性の高い糖尿病指導ができること、常勤管理栄養士9名と病棟の規模に対して多く在籍しており、必要な時にすぐに栄養相談の対応ができること、当院はリハビリテーションに力を入れている病院であるため、運動指導が充実していることが自慢です。

TEAM

歯科衛生士 臨床検査技師 薬剤師 リハビリスタッフ



管理栄養士 医師 看護師

当院では糖尿病チーム一丸となって、患者さんからの質問にひとつひとつお答えし、みなさんの不安や糖尿病に対するネガティブな感情をできるだけ減らし、いきながら、正しい知識をお伝えし、患者さんが糖尿病とともに、健康で幸せなより良い人生を送るお手伝いをしていきたいと考え診療をおこなっています。

コロナ禍の時代こそ 運動習慣を

日本整形外科学会が、ロコモティブシンドロームという疾患名を提唱して14年になります。ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害で身体能力（移動能力）が低下した状態で、進行すると介護が必要となるリスクが高まります。

運動習慣がロコモティブシンドロームを止める唯一の切り札となり、さらにがん、脳卒中、呼吸器感染症、心臓病、そして認知症の予防にも有効であることが報告されています。

もし「運動習慣」が一つの健康長寿の薬であれば、世界中で売れに売

れて、ノーベル医学賞級の薬となるものと思います。

2008年のスタンフォード大学の研究によると、50歳以上でジョギング習慣（毎日30分程度）がある群と、ない群を21年間観察し、両群の死亡率を検討した結果、ある群は15%が死亡し、ない群は34%が死亡した。また疾患別死亡率では、ジョギング習慣群の死亡率は、習慣のない群に比べ、がんで50%、脳卒中で30%、感染症で5%、心臓病で50%低下した。

私が医学生だったころの40年前は、細胞のミトコンドリアでのエネルギー

産生過程で発生する有害な活性酸素が老化促進因子となるとされ、酸化作用のあるビタミン（B2、C、Eなど）をサプリメントとして飲むことが老化防止に良いとされていた。しかし、その効果は気休め程度で、「運動習慣」と比べれば、まさに月とすっぽん程の違いがあると思います。

コロナ禍の時代で、三密を避けるために外出を控え「巣ごもり」しようという国を挙げて、「ステイホーム」の勧めが連日テレビで放送されています。そのため、私の外来患者もそ

の数が徐々に減り、久しぶりに会う患者さんも、ひどく足腰が弱くなっていることに驚かされます。

コロナを避けることも大事ですが、コロナに怯え過ぎて、ロコモティブシンドロームになってしまい、早期に介護が必要となることを避けましょう。毎日の適度な運動（30分程度のジョギングや散歩）を続け、健康寿命を延ばしましょう。これは、休日に「巣ごもり」と称して惰眠（だみん）ばかりしている自分にも叱咤（しった）する言葉となります。

社会医療法人愛生会
理事長 片岡祐司



YUJI KATAOKA

かかりつけ案内窓口を開設しました

総合上飯田
第一病院

かかりつけ医
ってなんですか？



「かかりつけ医」とは、健康に関することを、なんでも相談でき、必要時は専門科の医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる医師のことです。

今後ますます必要となる地域医療に対して、厚生労働省が推進している地域の医師会・住民の皆さまと一体となって、地域の医療を支え、救急医療体制の充実と医院・診療所・3次救急病院との連携をはかり、安心できる救急体制を構築していく必要があるため、「かかりつけ医」が重要となってきます。

当院は、専門的な治療・高度な検査・手術をすることを担っています。病状が安定した段階で、医師の指示のもと「かかりつけ医」へご紹介しております。ご理解、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

全診療科を対象に、診察時、医師から「当院がかかりつけ医へ紹介します。」となった時

かかりつけ医を…

持っていない

持っている

当院より、
そのかかりつけ医へ紹介

かかりつけ案内窓口へ

かかりつけ案内窓口にて、
患者さんに寄り添いながら、
その患者さんに最も適した
「かかりつけ医」を検索し、
ご紹介いたします。

場所

北館1階

窓口対応時間

平日8:30~17:00
土 8:30~13:00

患者さんが直接窓口「かかりつけ医」の紹介を要望された場合、
医師に確認をとり、「かかりつけ医」を紹介します。



かかりつけ医を持つメリット

- 1 患者さんの健康状態を継続的に把握しているため、的確な治療・アドバイスが受けられる
- 2 自分の慣れ親しんだ地域で、短時間で診療が受けられる（いきなり大病院に行くと待ち時間が長く、診療の時間が短いこともあります）
- 3 入院・治療が必要な場合は適切な病院・診療科を紹介してくれる
- 4 日常的な健康管理・健康維持等のため、食事や運動などに関してアドバイスが受けられる

このようなメリットの他に、
大病院で高度な治療を
必要としている人に優先的に
治療を受けてもらうことができる
などのメリットがあります。
そのため、当院では
かかりつけ医を
推進してまいります。

上飯田クリニック



Kamiida Clinic

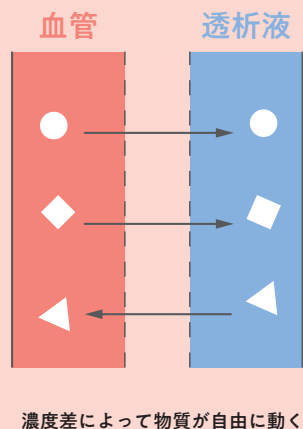
用語解説

※1 血液透析(HD)

血液透析(HD)では、血液を体外に取り出し、血液と透析液をダイアライザーと呼ばれる透析器(人工腎臓)を介して間接的に接触させます。

透析膜を介して血液と透析液間に生じる物質の濃度差を利用した拡散・浸透という現象によって、分子量の比較的小さな物質である尿素窒素(BUN)・クレアチニン(Cr)・尿酸(UA)などが効率よく除去されます。

また体内にたまった尿毒症の原因物質や老廃物の排泄の他に、血液中のナトリウム(Na)・カリウム(K)・カルシウム(Ca)といった電解質と酸性・アルカリ性のバランスの維持、体液量の調節を代行し、血液を浄化します。



血液透析ろ過(HDF)

血液透析※1と血液ろ過(圧力をかけ、物質が高圧側から低圧側へ移動する現象を利用した治療法)を同時におこなう血液浄化療法です。

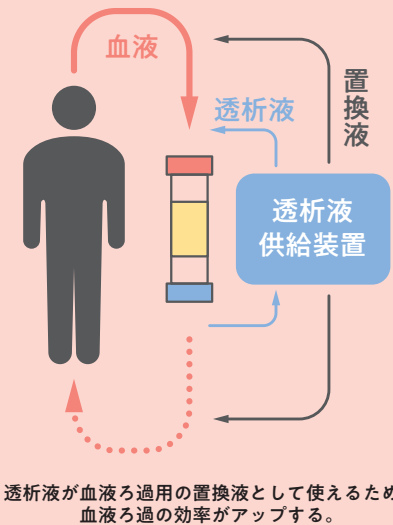
この治療法の利点は、大分子量の物質をよく取り除けるだけではなく、透析中の血圧が下がりにくいことや心臓への負担が血液透析よりも小さいことなどが知られており、血液透析では対処できない透析アミロイド症または透析困難症の患者さんに有効な治療法です。

※2 オンライン血液透析ろ過(On-Line-HDF)

血液透析ろ過(HDF)には、オフラインHDFとオンラインHDFという方法があります。

オフラインHDFは、補液バックに入った薬剤を補充液として使用するので、ろ過に用いられる置換液量は少なく、除去効率が十分に得られない可能性があります。

オンラインHDFは、透析液をそのまま補充液として使用するため、ろ過するために足される補充液量が多くなります。そのため、オンラインHDFのほうがより多くろ過することができ、より多くの老廃物を取り除くことができます。



●クリニック紹介

当院は、1987年(昭和62年)4月に上飯田第一病院附属上飯田クリニックとして上飯田第一病院より分離、19床の有床診療所として開院しました。その後1990年(平成2年)に現在の名古屋市北区上飯田北町に新築移転し現在にいたっています。現在は維持血液透析専門の無床診療で、月水金に夜間を含めた3クール、火木土は1クールで約100名の方が通院透析をされています。スタッフ体制は、常勤医師2名と非常勤医師、看護師、臨床工学士、看護補助者、管理栄養士、放射線技師、事務員(医療ソーシャルワーカー兼任)と2019年8月から理学療法士1名が加わりました。

透析機器では通常の血液透析装置※1のほか、オフライン血液透析ろ過対応装置、オンライン血液透析ろ過対応装置※2、高ナトリウム透析対応装置、個人用透析対応装置があり、状態に合わせて治療をおこなっています。また透析液の濃度測定に電解質分析装置も使用しています。

当院への現在通院中の患者さんの年齢構成は、40歳から95歳。平均年齢は70.5歳。65歳以上は全体の71.6%となっています。日常生活動作で杖、車いす、認知機能低下などの要介護の状態の方は約25%でした。このような中で全体の60%の方が無料送迎サービスを利用されています。

●高齢化対策について

また当院で調理した出来立ての温かい食事を提供しており、患者さんにもご好評をいただいております。アレルギーや切り方などに配慮し、毎月行事食を提供するなど美味しく食べていただけるように工夫しております。透析を続けていくうえで必要不可欠な食事療法をおいしく楽しいものにできるよう、管理栄養士を中心に取り組んでいます。

さまざまな臓器の合併症を持った方も多くなってきました。透析時間中におこなう腎臓リハビリテーションを理学療法士の指導のもと導入しました。リハビリテーションは、脳血管障害の既往、関節の手術の既往、虚血性心疾患の方はもちろん、加齢による筋力の低下の予防にも有用と考えています。

またフィードバックとして、体力評価とともに体組成計を使用し、筋肉量の測定やその推移、また体水分量測定による適正体重、体脂肪量測定による栄養評価の検討も理学療法士、管理栄養士とともにおこない、患者さんにアドバイスしています。微力ながら患者さんの日常生活動作(ADL)の維持が、生活の質(QOL)の改善に結びつき、長くにわたり通院透析が可能な体力維持に努めてまいりたいと思います。

●さいごに

昨年より新型コロナウイルス感染症

社会医療法人愛生会 上飯田クリニック

〒462-0802 愛知県名古屋市長区上飯田北町1丁目76番地

TEL:052-914-3387

FAX:052-911-4866

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前の部	○	○	○	○	○	○	△
午後の部	○	△	○	△	○	△	△

[午前の部] 9時~(入室は8時45分~)

[午後の部] 17時~(入室は16時45分~)

※祝日は16時~(入室は15時45分~)



、新しいドクターたちをご紹介します!! /

NEW FACE!!



1. 入職日
2. 診療科・役職
3. 専門分野・認定資格
4. メッセージ

近藤 史樹 こんどう ふみき

1. 2020年10月1日
2. 整形外科 医員
3. 整形外科
4. 外傷を中心に慢性疾患を含め整形外科疾患全般を診察させていただきます。患者さん一人ひとりに寄り添った医療を提供できるよう精進させていただきますので、なにとぞよろしくお願いいたします。

加藤 哲朗 かとう てつろう

1. 2021年1月1日
2. 外科 医長
3. 甲状腺・内分泌外科/
消化器外科/乳腺外科
4. 甲状腺をはじめ、外科疾患全般の診療をおこないます。手術を受けられることの不安は大きいため、気軽に相談できるような診察を心がけ、皆さまと一緒に治療に取り組みたいです。よろしくお願いいたします。

小田 智之 おだ ともゆき

1. 2021年1月1日
2. 整形外科 医長
3. 専門分野: 膝・肩・スポーツ医学分野
認定資格: 日本整形外科学会専門医/日本整形外科学会スポーツ医学会代議員/日本スポーツ協会公認スポーツドクター
4. スポーツを中心とした専門性を生かして、地域の皆さまのお役に立てるように日々努力してまいりたいと思います。よろしくお願いいたします。

、医療・福祉制度のお役立ち情報 /

暮らしの豆ちき

名古屋市よりタクシー券制度

病気や障害により、公共交通機関や自転車が使えなくなり、外出時にタクシーに頼らざるを得ない方も多いと思います。外出するたびにタクシーを利用する…となると、タクシー代の負担が大変になりますよね。

名古屋市では、名古屋市内に住民票を有している方で、右記の対象者に該当する場合タクシー券の交付をおこなっています。

タクシー券を利用される方は福祉特別乗車券(市営交通機関、ゆとりーとライン、あおなみ線の無料パス)の交付を受けることができません(選択制)。

障害者手帳をお持ちで上記対象にあてはまらない方も、障害者手帳の提示によりタクシー料金の割引措置(1割引)をおこなっているタクシー会社があります。予約や乗車の際にご確認ください。

ご不明な点は、当院の医療福祉相談室または区役所の障害福祉課にお問い合わせください。

1 重度障害者 福祉タクシー利用券

一乗車740円が上限

対象者

身体障害者手帳1・2級
愛護手帳1・2度
身体障害者手帳3級+愛護手帳3度
精神障害者保健福祉手帳1級

2 重度身体障害者 リフト付タクシー利用券

一乗車2,200円が上限

対象者

身体障害者手帳1・2級
※外出時に車イス・寝台が必要な方

②対象者は①との選択が可能

①②とも月8枚、年間96枚が上限

※人工透析で週3回以上通院している場合は月10枚が上限

INFORMATION

愛生会紹介入院センター

愛生会紹介入院センター

- 入院や転院をあんしんで支えます -



総合上飯田第一病院



上飯田リハビリテーション病院

社会医療法人愛生会は連携医療機関での急性期治療後、「総合上飯田第一病院」および「上飯田リハビリテーション病院」での入院リハビリテーションや在宅医療・介護事業所を有効に活用し、住み慣れた地域へ戻るように以前より支援させていただいています。

今まで以上に連携医療機関からの転院のご依頼を迅速かつ円滑に受入れをおこなうために、窓口機能を一本化し、2020年10月より「愛生会紹介入院センター」を社会医療法人愛生会本部に開設いたしました。「総合上飯田第一病院」「上飯田リハビリテーション病院」への転院のお申し込みは「愛生会紹介入院センター」で受け付けることとなりました。

これにより患者さんの病態や必要となる退院支援に応じ、「総合上飯田第一病院」「上飯田リハビリテーション病院」で患者さんに満足していただけるような治療およびリハビリテーションを継続することができます。

お問い合わせ

患者さん及びご家族の方へ

転院をご希望される場合は、入院中の連携医療機関の主治医または地域医療連携担当者(医療ソーシャルワーカーなど)へご相談ください。

医療関係者の方へ

右記のホームページをご参照の上、「愛生会紹介入院センター」へお問い合わせいただきますよう、よろしくお願いいたします。

愛生会紹介入院センター <https://www.aiseikai-hc.or.jp>

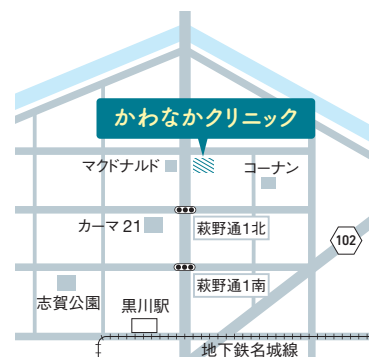


▲詳細はこちら

病診連携

かわなかクリニック

ペインクリニック（痛みの治療）
内科・漢方内科



診療の傾向

ペインクリニック診療をおこなっており、首や肩から足腰まで全身のさまざまな痛みの方が来院されます。帯状疱疹（たいじょうほうしん）後の痛みに関しては近隣の内科や皮膚科から紹介をいただき、神経ブロックなど痛みに特化した治療をおこなっております。また、地域のかかりつけ医として風邪の診療や高血圧など慢性疾患の健康管理もおこなっています。特に西洋医学では解決できない漫然とした体の不調に対しては、漢方専門医の視点から東洋医学的な診療もおこなっております。

皆さまへメッセージ

痛みのために、生活の不自由を感じた経験をお持ちの方は多いと思います。それが長引くとなれば、なおさらです。少しでも痛みの軽減をする事によって、より良い日常生活を送るお手伝いをしたいと思っています。気になる症状があればお気軽にご相談ください。

院長 佐野 由衣 さんのゆい

病院でのペインクリニック診療の経験を、生まれ育った北区で地域医療に役立てたいと考えました。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
ペイン内科	9:00-12:30	○	○	○	○	○	△
	16:00-18:30	○	○	○	○	○	△
皮膚科	9:00-12:00	△	△	○	○	○	△

休診日／
木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日
〒462-0022
名古屋市北区川中町11-8
TEL:052-325-7025

<http://kawanaka-clinic.com/index-2.html> ※土曜日は13:00まで

頑張らない逸品レシピ

栄養科監修
ゆるっと気楽に、もう一品！



今回の食材 アスパラガス

アスパラガスに含まれるアミノ酸「アスパラギン酸」は、疲労の原因物質である乳酸の分解を促進するため、疲労回復効果があるといわれています。その他、抗酸化作用のあるβカロテンや、造血作用のある葉酸などが含まれています。



アスパラのガーリックバターソテー（1人前約69Kcal）

【材料】2人前

- ・アスパラガス …………… 4本
- ・エリンギ …………… 1/4本
- ・おろしにんにく …………… 小さじ1/2杯
- ・有塩バター …………… 10g
- ・オリーブオイル …………… 小さじ1杯
- ・醤油 …………… 小さじ1/2杯
- ・塩 …………… 少々
- ・コショウ …………… 少々

【レシピ】

- ① アスパラガスの根本側3分の1は硬いので、皮むき器等で皮をむき、4cm程度の長さで斜めに切る。
- ② エリンギは短冊切りにする。
- ③ 耐熱容器に全ての材料を入れて軽くラップをかけ、電子レンジ600Wで1分30秒加熱する。
- ④ 加熱後、全体をよく混ぜて完成。

ストレッチ講座

ココロもカラダもゆるゆるほぐす

／ 今号のストレッチ ／

目の周りのストレッチ



ウォーミングアップ （顔をあげ視界を広げる）

- ① 目を閉じて額に手のひらを当てます
- ② 眉毛が上がらないように手のひらで額を押さえたまま目をしっかり見開きます（5秒キープ）ゆっくりと目を閉じてリラックスします
- ③ ①と②を5回繰り返します
- ④ 次に目をぎゅっとつむり、大きくパッと開きます（5回程度）

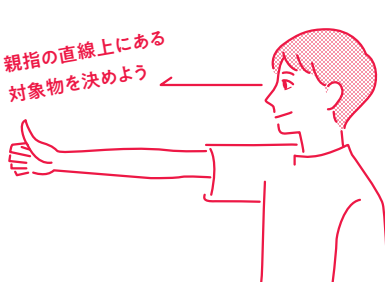
目の周りには眼球を動かしたり瞳孔やピントを調整するなど様々な筋肉があります。長時間眼を酷使するとこれらの筋に負荷がかかり、眼精疲労や視力低下をきたすだけでなく頭痛や肩こりの原因にもなります。今回は目の周りの筋肉をほぐしてみましょう。

* 眼科治療のある方は主治医に確認してからおこなうようにしてください



上下左右体操 （外眼筋：眼球を動かす筋のストレッチ）

- ① まっすぐ前を向き目だけでできるだけ上をみて3秒キープ
- ② 同様にして以下の8カ所を3秒ずつ凝視しましょう（上・下、左・右、斜め左上・下、斜め右上・下）



ピント調節のトレーニング （毛様体筋）

- ① 片手をまっすぐ伸ばし親指を立てます
- ② 親指から一直線で見えるできるだけ遠く先（3m以上）に対象物を決めます
- ③ 親指の先と対象物を1秒ずつ交互に見ます。30回ほど繰り返します

／ 毎日少しずつやってみよう！ ／

NURSING DEPARTMENT
総合上飯田第一病院

看護部

ナースのお仕事

病棟編

4階病棟

総合上飯田第一病院4階病棟は地域包括ケア病棟です。地域包括ケア病棟とは、自宅や施設などの住み慣れた地域へ退院される患者さんを支援する病棟です。

急性期での治療が終了し、退院に向けてリハビリや自宅の調整をおこなっている患者さんが不安なく退院できるよう、私たち看護師は医師・リハビリスタッフ・医療ソーシャルワーカー・介護福祉士・医療事務員など、多くの職種と連携しながら支援しています。

病棟では看護師と共に介護福祉士も、患者さんの生活調整をおこないます。また入院中には生活自立支援の一環としてレクリエーションをおこなっています。退院後の生活や環境・身体の変化に不安を持っている患者さんは多くいます。他職種カンファレンスを通して、情報を共有することで、患者さんに寄り添い、少しでも不安を解消して退院していただけるように心がけています。





Aiseikai Healthcare Corporation

社会医療法人

愛生会

信頼され愛される病院

- 一、私たちは、「安心・安全の医療と介護」で地域に貢献します。
- 一、私たちは、「地域の救急医療」に貢献します。
- 一、私たちは、「地域と共に、人と共に」の心を大切にします。
- 一、私たちは、「全職員とその家族の健康」を大切にします。



総合上飯田第一病院

- 一般病棟 (7対1看護配置)
- 地域包括ケア病棟
- 訪問リハビリテーション

名古屋市北区上飯田北町2丁目70番地
TEL (052) 991-3111



上飯田リハビリテーション病院

- 回復期リハビリテーション病棟
- 通所リハビリテーション

名古屋市北区上飯田北町3丁目57番地
TEL (052) 916-3681



上飯田クリニック

- 人工血液透析

名古屋市北区上飯田北町1丁目76番地
TEL (052) 914-3387



愛生会看護専門学校

名古屋市北区五反田町110番地の1
TEL (052) 901-5101

愛生訪問看護ステーション

名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル1階
TEL (052) 991-3210

あいせいデイサービスセンター

名古屋市北区辻本通2丁目38番地
TEL (052) 991-3548

愛生居宅介護支援事業所

名古屋市北区上飯田通2丁目37番地 CKビル1階
TEL (052) 991-3546

愛生複合型サービスセンター平安通

名古屋市北区大曾根町上一丁目828番地
TEL (052) 908-5011

こもれびの家平安通

名古屋市北区東大曾根町上一丁目828番地
TEL (052) 908-1355

愛生訪問看護ステーション平安通

名古屋市北区東大曾根町上一丁目828番地
TEL (052) 908-8550

あいせいケアステーション

名古屋市北区東大曾根町上一丁目828番地
TEL (052) 991-3152

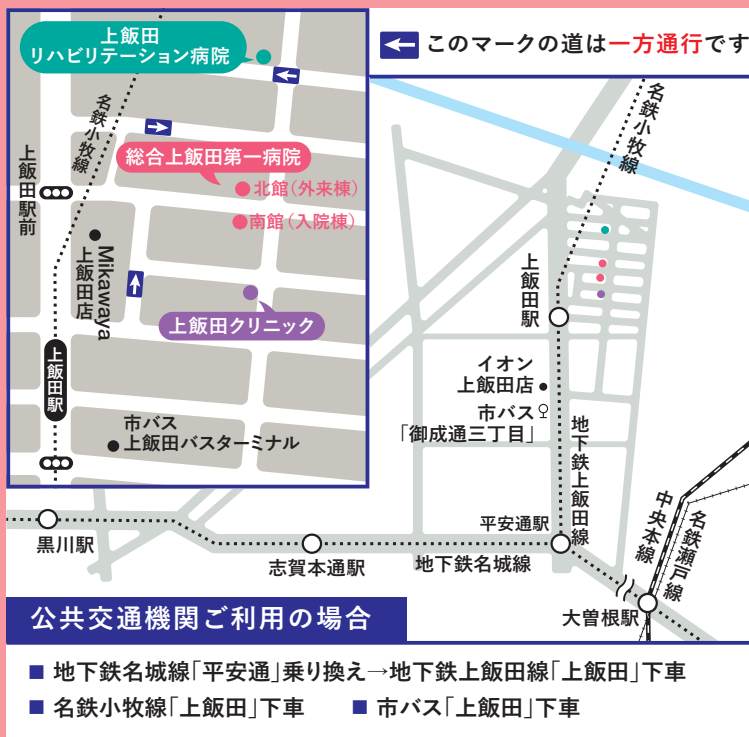
愛生会本部

名古屋市北区上飯田通2丁目37番地
TEL (052) 914-7071

www.aiseikai-hc.or.jp

医療は愛生会

総合上飯田第一病院のケータイ・スマホ用サイトはこちら▲



今号の表紙

健やかに

菜の花・桜・桃、春満開の月川温泉郷。
風が吹くと、いっせいに泳ぎだす
鯉のぼりに、「元気に泳げ!」と
応援していました。

(写真提供: 鷺見)

予約受付中

人間ドック / 各種健康診断

お問い合わせ
・予約

総合上飯田第一病院 予約センター
[電話受付] 月~金 / 10:00~16:00

(052) 991-3111

(代表)

2020年度より、検査の内容と料金の変更がございます。
詳細は健診センターまでお問い合わせください。

詳しくはホームページをご覧ください
www.kamiida-hp.jp/guide/04/index.html

[HP]



私たちは「地域と共に、人と共に」の心を大切にします。