

# ほほえみ



## 【特集】狭心症と心筋梗塞の予防と対策



新春によせて 2017

患者さんインタビュー「マイライフー化学とともにー」

### 【季節のレシピ】

かぼちゃとフレッシュトマトのグラタン

### 【2016東葛みらい健康カレッジ】

2016年度受講修了書 授与式開催

### 【第3回松圓会写真コンテスト】

理事長賞・優秀賞発表

### 【ようこそ！東葛クリニック病院へ】

～中学生職場見学～

### 【東葛フットケアナースです】

寒い冬にはご注意を「低温やけど」

### 【残っている薬はありませんか？】

残薬を減らす取り組みの紹介

# 新春によせて二〇一七年



医療法人財団松圓会

理事長 小田 清一

新年あけましておめでとうございませう。  
今年の十干、干支は丁酉（ひのととり）  
だそようです。

ところで酉年の酉はなんで鳥（鶏）ではないのでしょうか？考えてみると干支には子（ね）や午（うま）といった本来ネズミや馬でない字に動物の名前が当てられています。もともと干支の12の文字は植物の成長を12段階で表現した文字と言われ、方角や時間を表すもので、動物名と

は関係ないようです。

例えば方角でいうと子は真北を、午は真南を表していますので子午（しご）線は南北を結ぶ線ということになります。時刻でいうと子の刻は深夜零時前後で、午の刻は正午前後を表すので、午前と午後という表現はここから派生しています。ちなみに酉の方角は西で、酉の刻は、江戸時代は暮れ六つ時で現在の18時前後を指します。つまり十二支に動物を充てた時に、字の本来の意味は動物ではないにもかかわらず、動物名を充てられてしまったためにこのようなことが起きてしまったようです。

干支占い等を見ますと、酉年の評価はあまり芳しくはないようですが、アベノミクスの推進による経済の活性化を願うところでは。



松圓会では医療サービス向上の一環として、一昨年から東葛クリニック病院の医師の採用を促進し、循環器内科、呼吸器内科、泌尿器科、腎臓内科の充実を図りました。また東葛クリニックみらいでも呼吸器内科を新たに開設し、睡眠時無呼吸症候群外来を開始しました。患者サービスとしては患者送迎実施施設の増加を図り、かねてから要望の高かった本院と松戸駅を結ぶ巡回バスの定時運行を開始しました。本年は最後に残った小岩の患者送迎を開始するとともに、他の施設でもニーズに応じて送迎車を増やすなどの対応を行います。地域住民サービスとしては昨年から開催している健康カレッジに加えて簡易健康チェックを新たに開催しますのでご参加ください。

施設整備として今年も年明け早々から東葛クリニック病院の大規模改修を行います。一部の患者様にはご迷惑をおかけしますが、施設の維持、強化にご協力

お願い申し上げます。東葛クリニック新  
松戸の施設整備は、年内の早い時期に改  
築工事に取り掛かれるよう準備を急い  
でいるところです。

腎友会をはじめとする患者の皆様には  
本年もよろしくお願い申し上げます。



東葛クリニック病院

院長 東 伸宣

昨年後半、世界は移民問題から発生し  
たイギリスのユーロ離脱、次期アメリカ大  
統領にトランプ氏が当選して、保護主義

的色彩の強いメッセージを発信したこと  
から、グローバル化から一気にナショナリ  
ズムの強い保守への回帰が始まろうとして  
いる。通信や輸送などのグローバル化の結  
果が皮肉にもグローバル化の足かせにな  
り、そして、建国が移民の人々によつてな  
されたアメリカでさえもメキシコ国境に  
壁を作ろうとしている。いったい世界はど  
こに突き進んでいくのだろうか？と不安を感  
じさせる年明けになってしまった。

各国内での格差とグローバルな格差の  
広がりがあるが、その根底にあることは周知の  
事実であるが、誰もこの解決に答えを  
もっていないような気がする。それがか  
えって格差を助長する側面もあるといえ  
る。我々日本も少子高齢化社会を迎え、  
外国人に依存する生活がもうすぐそこ  
にきている。その中で人種を越え助け合  
いながら、社会を変革していく素地を少し  
づつ作っていかねければならない時代に入  
ってきたといえよう。

東葛クリニック病院も、地域になにを求  
められているのかを十分分析しながら、  
患者さん一人一人に丁寧に接し、満足い  
ただける医療機関として生き残っていけ  
るよう、職員一同努力してまいります。  
今年もどうぞよろしくお願いいたしま  
す。



### <東葛クリニックグループの理念>

其接也以恕 (その接するや恕をもってし)

其治也以協 (その治するや協をもってす)

私たちは、相手の立場に立った思いやりの心である恕の精神で人に接し、専門性  
を超えたコミュニケーションを尊重する協の精神でチーム医療を推進し、これがもた  
らす最適医療の成果を患者さんに提供することを誓います。



# 特集 狭心症と心筋梗塞の予防と対策

東葛クリニックみらい

院長 川越康博

## 【はじめに】

現代の日本人の死因は、一位がガン、二位が心臓病です。この心臓病の大部分は心筋梗塞です。心筋梗塞は重病で、その前段階の病変が狭心症です。

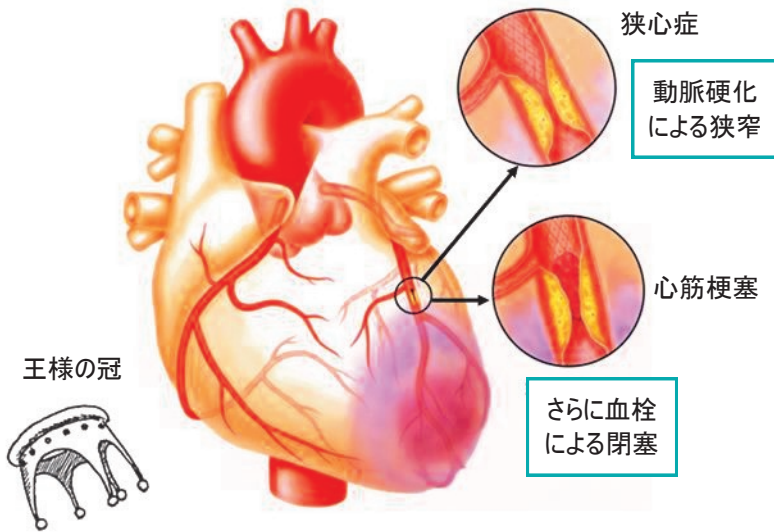
## 【心臓と冠動脈】

心臓は、ドッキングドッキングと心筋(筋肉)が、拡張・収縮(拍動)し、血液を循環させるポンプです。その心臓の心筋に酸素と栄養を送る血管は、心臓を王様の冠の様に囲んでいるため、冠動脈と言われます(図1)。

## 【動脈硬化と狭心症、心筋梗塞】

動脈硬化(アテローム変性)により、冠動脈の内腔に変性した悪玉(LDL)コレステロールが沈着(プラークと言う)し、狭窄した状態が狭心症です。動脈硬化を早く進

図1 冠動脈の狭窄(狭心症)と閉塞(心筋梗塞)



行させる原因を、危険因子(後述)と言います、それが多いほど早く進みます。

狭心症を放置すると、冠動脈の狭窄が進み、血栓ができて、冠動脈が詰まり(閉塞)ます(図1)。詰まった先には血が流れず、心筋細胞は、酸素も栄養も来ないために死んで(壊死)しまいます。これが急性心筋梗塞です。こうなると前胸部に激痛がおこり、不整脈、ショック、心不全、死亡等の重症な事が起こります。

こうなる前の狭心症の段階で、早期に発見し、治療する事が極めて重要なのです。



## 【狭心症の対策】

### 1. 狭心症の種類

狭心症には「労作性」と「異型」とがあり、労作性が一般的で、前述のプラークの狭窄による狭心症です。一方、異型は冠動脈のスパズム(\*)で起こりますが、特殊な型なので、この説明は今回は省略します。ここでは労作性を狭心症として述べます。

### 2. 見逃されやすい狭心症

狭心症の症状は、労作時の軽い前胸部中央の圧迫感(何となく重い感じ)や、違和感のことが多く、数分間で治ります。このために「大した事ないな」と思われて放置されます。更に普通の心電図は、安静時にとるため、心臓が楽な状態なので、所見が出にくく、見逃されやすいのです。前述の症状がでたら、早く心臓専門医を受診する事が重要です。

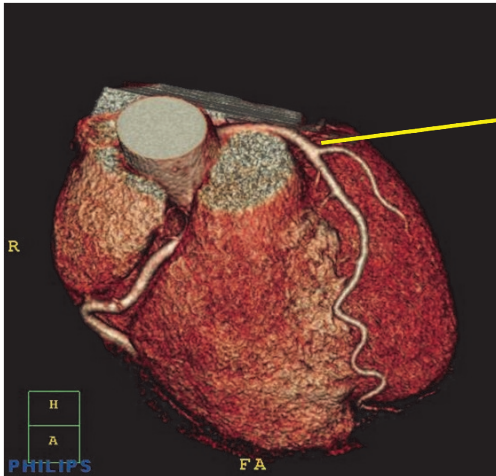
### 3. 狭心症の診断

診断には次の検査をします。

①運動負荷心電図。運動して心臓に負担を掛けると、狭心症の変化が出易くなるので、運動してとる心電図です。運動負荷方法には、トレッドミル法、マスタ―法等があります。

②ホルター心電図。携帯型の軽い小さい

心臓全体CT像(VR像)



血管造影CT像



図2 冠動脈CT

心電計(タバコの箱の約半分)を身体に24時間装着し、日常の生活活動の負荷をかけて、心電図をとります。

③冠動脈CT。最先端の検査で、造影剤(人体に無害でレントゲンに映る液体)を肘の静脈から点滴して、CTを撮ります。かなり正確な冠動脈造影が出来ます(図2)。簡単で外来ですみ、合併症が少なく安全ですが、石灰化した冠動脈には不向きな検査です。

④心カテーテル検査。この冠動脈造影が、最も正確です。カテーテルと言う、直径約2〜3mm、長さ1.5m前後の細くて柔らかいポリエチレン製の管を、肘または股の付け根の動脈から挿入し、レントゲン透視下に、大動脈を経由して冠動脈入口部に入れます(図3)。カテーテルより冠動脈に、造影剤を注入して、映像を撮ります。すると冠動脈が映し出されて、狭窄の部位と程度が正確に判定できます(図4)。侵襲的検査のため、入院が必要で、他の検査よりも大がかりなのが難点です。

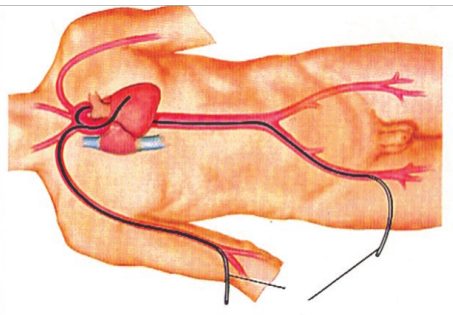
\*冠動脈のスパズム

冠動脈の攣縮。血管が一過性に縮んで細くなる。

図3 心カテーテル検査



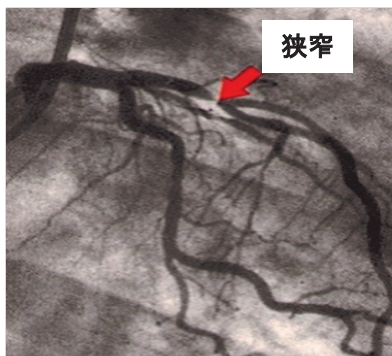
心カテーテル検査室



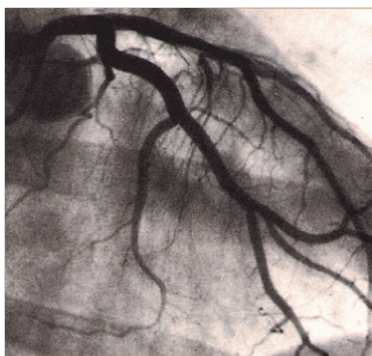
カテーテルが心臓に到達しているところ

図4

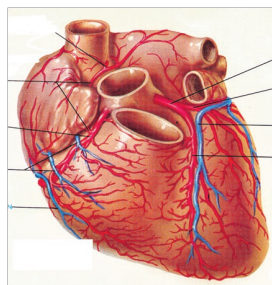
心カテーテル検査の冠動脈造影と狭心症



狭心症



正常な左冠動脈造影像



心臓の図

【狭心症の治療】

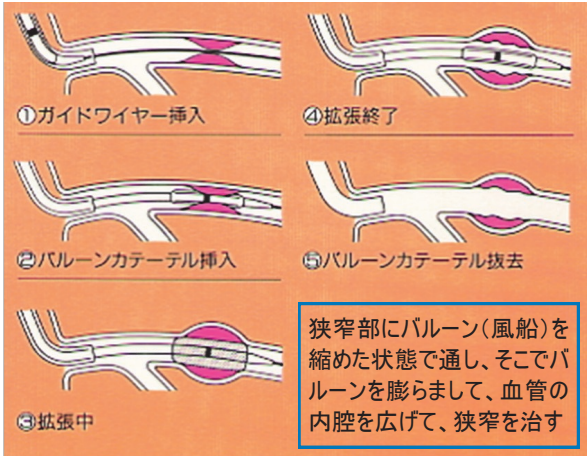
治療の主眼は、心筋梗塞への進行防止と安全な活動能力の確保です。

まず生活習慣の変革による危険因子の改善が重要で、これは予防の項目で述べます。薬物治療は、冠動脈を拡張する薬、心臓を保護する薬、血液をサラサラにする薬などがあります。心カテーテル治療は最先端の治療法で、カテーテル式バルーン式冠動脈拡張術(PTCA)といいます(図5)。しかし、それだけでは同部に再び狭窄が発生しやすいので、狭窄解除を固定化するためのステント留置法があります(図6)。

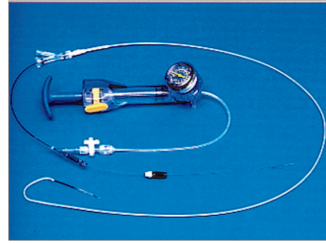
バイパス手術は、大動脈冠動脈バイパス手術と言われ、冠動脈の狭窄部の先と大動脈の間にバイパス血管を繋ぐ治療です。その血管には内胸動脈や、足の静脈がよく用いられます。



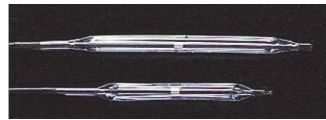
PTCA原理模式図



カテーテル全体  
(長さ約1.5m)



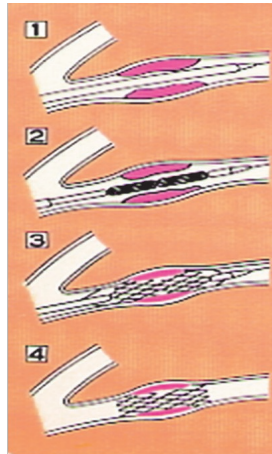
カテーテル先端部(拡大像)



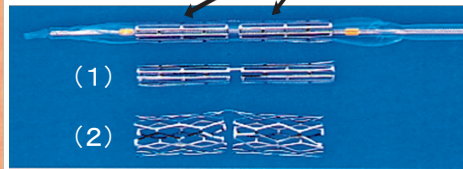
バルーン膨張時

図5  
カテーテル式バルーン式冠動脈拡張術  
(PTCA)

ステント原理模式図



ステントが閉じていて、カテーテル  
先端上にある状態



ステントを縮めた状態で狭窄部に挿入し、バルーンで拡張させて留置する。内腔の拡大が保持される。再狭窄予防の薬がついた薬剤溶出ステント(DES)もある。

図6  
カテーテル式冠動脈ステント留置法

【狭心症、心筋梗塞の根本的予防】

狭心症・心筋梗塞の根本的な予防は動脈硬化の予防で、禁煙と食事運動療法で危険因子を改善することです。

危険因子には、喫煙、高コレステロール血症、高血圧、メタボ、糖尿病、肥満、高中性脂肪血症、痛風、等があります。食事療法

は各因子で異なりますが、運動療法は共通です。

1. 食事療法

- ① 高血圧の改善には塩分減量です。
- ② 糖尿病、肥満、高中性脂肪血症、メタボの改善には摂取する食事のカロリーの減量です。まず腹八分が原則です。甘い物と脂っこい物は特にカロリーが高いので、減らします。また間食をやめます。

- ③ 高コレステロール血症の改善にはコレステロールを多く含む食品の摂取を減らします。玉子、玉子からできたマヨネーズ、ケーキ、カステラ、魚卵、バター、肉の脂肪の多い部分、等を減らします。そして食物繊維の多い野菜、海藻、きのこ、豆類等を多く食べると、コレステロールは早く体外に排出されます。

2. 運動療法

散歩、ラジオ体操、グラウンドゴルフ、ゴルフ、エアロビダンス、ダンス、テニスなどの軽い運動(有酸素運動)を、一回に30分以上、週に三回以上することが有効です。

図3・5・6

山科章他監修 「心臓、血管病アトラス」トアエイヨー社より引用改変

寒い時期、いかがお過ごしでしょうか？

冬の寒さに負けないよう、風邪予防に効果のある食材を使って、いつもと一味違うグラタンを作ってみてはいかがでしょうか？



＜1人分の栄養成分＞

エネルギー	314kcal
たんぱく質	15.6g
脂質	15.5g
塩分相当量	1.0g
カリウム	611mg
リン	260mg

かぼちゃと

フレッシュトマトの

グラタン

〈作り方〉

- ① かぼちゃと鶏もも肉は一口大、玉ねぎはスライス、トマトは1cm角に切る。
- ② 切ったかぼちゃは電子レンジ600Wで3分加熱する。
- ③ ペンネは7割程度下茹でする。
- ④ バターを溶かしたフライパンで鶏もも肉、玉ねぎ炒める。
- ⑤ 玉ねぎがしんなりしたら一旦火を止め、小麦粉をふり入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ⑥ ⑤に少しずつ牛乳を加えてなじませる。
- ⑦ コンソメ、ペンネを加え、弱火でゆっくり煮込む。
- ⑧ トロミがついたらグラタン皿に移し、チーズとかぼちゃを乗せて、オーブンで焼く。
- ⑨ 最後にトマトとパセリ粉を散らし完成。

〈材料〉 4人分

- ・かぼちゃ 皮付きで200g
- ・トマト 120g(小1個)
- ・鶏もも肉 150g
- ・玉ねぎ 100g(1/2個)
- ・バター 20g
- ・ペンネ 50g
- ・牛乳 400ml
- ・小麦粉 20g(大さじ2)
- ・コンソメ 5g(キューブ1個)
- ・お好きなチーズ 30g(スライスチーズ2枚)
- ・パセリ粉 少々

ポイント

カリウムが気になる方は、かぼちゃの代わりにナスを利用するとよいでしょう。カリウムを100mg減らすことができます。

かぼちゃに含まれるβカロテンは肌や粘膜を保護し、抵抗力を高める効果があります。トマトに含まれるビタミンC・Eは、感染症予防に効果があります。



(栄養部)

管理栄養士・川口麻希



# 2016東葛みらい健康カレッジ

2016年4月より始まった東葛みらい健康カレッジは、11月までに17回開催され、延べ580人の皆さまにご参加いただきました。2016年、最後の講座の終了後には、10回以上参加された方に修了証と記念品をお渡ししました。2017年3月には今年度、最後の講座が開催されます。ぜひ、ご参加ください。

(医療福祉連携支援部・水村宏之)



受講者の皆さんと記念撮影

次回の東葛みらい健康カレッジ

【日程およびテーマ・講師】

3月11日(土)

「最新の心不全とその予防(胸苦しさから、心筋梗塞の予防まで)」  
川越康博

(東葛クリニックみらい・院長)

【受付】13時30分～

【講演】14時00分～15時30分

【会場】東葛クリニックみらい  
6階ホール

【申込先】

☎ 047-365-9048

(東葛クリニック病院・

医療福祉連携支援部)

※無料でご参加いただけます。

※当日参加も受け付けておりますが、事前の受講申し込みをお願いいたします。

※駐車場はございませんので、公共交通機関、または最寄りのコインパーキングをご利用の上、ご来場ください。

2017年度

東葛みらい健康カレッジ

2017年4月より、2017東葛みらい健康カレッジが始まります。

【講演テーマ(予定)】

- 寿命と健康阻害要因
    - 百寿をめざして—
  - 健康寿命を延ばす
    - 人生ラスト10年問題—
  - 認知症を防ぐ
    - 脳活性化トレーニング—
  - 生活習慣病を防ぐ
    - 糖尿病—
    - 脂質異常症—
    - 高血圧—
  - 睡眠時無呼吸症候群
    - 生活習慣の改善—
    - 喫煙、飲酒、食事、運動、睡眠—
  - 予防と治療最前線
    - がん—
    - 狭心症・心筋梗塞—
    - 不整脈—
    - 心不全—
    - 脳卒中—
    - 肺炎・慢性閉塞性肺疾患—
  - 腎臓病と腎不全
  - 泌尿器の病気
    - 尿漏れから前立腺がんまで—
- ※詳細につきましては、ポスター、ホームページなどをご案内いたします。

寒い冬には注意を

## 「低温やけど」

こんには、東葛フットケアアナースです。寒い日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。今回は、足元が冷えるこの季節に注意したい「低温やけど」と、血流をアップし暖房器具に頼らない足を守るための「足の運動」についてお話しします。

### 普通のやけどより怖い低温やけど

普通のやけどは、皮膚に高温の熱源が触れて起きますが、低温やけどは体温より少し高め温度(44℃〜50℃)に長く触れ続けることで起こるのが特徴です。痛みも軽く、見た目には軽傷でも皮膚の奥深く進行することがあり、注意が必要です。また、糖尿病などで神経障害がある方は痛みを感じにくいいため、重症化することがあります。皮膚をよく観察し、赤み・水疱はできていないかなどを確認することが大切です。



### 低温やけどの予防法と対策

低温やけどを起こさないためには、熱源に長時間触れ続けないよう、湯たんぼなどの熱源を足元から10cm以上離す、または就寝時は布団から出すようにしてください。また、電気毛布はタイマーを使用するなどの工夫をすると良いでしょう。もし、低温やけどになってしまった場合は、流水などで充分冷やし、早めに医療機関を受診しましょう。

### 暖房器具に頼らない足をつくろう！

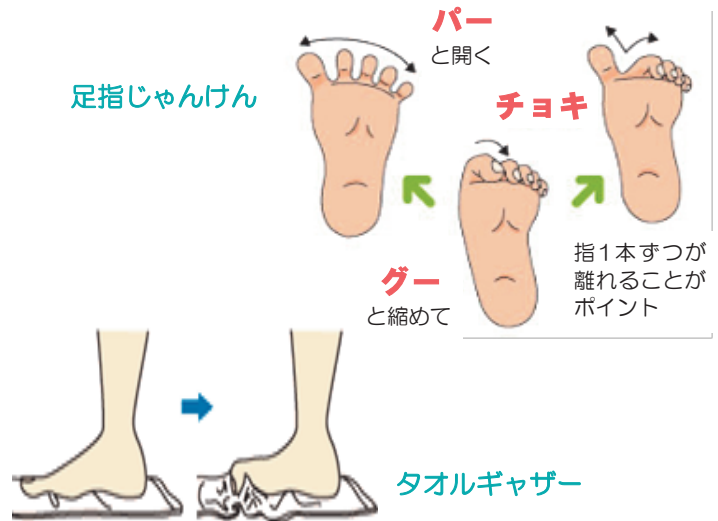
冬は足が冷えることで血流が悪くなりやすい季節です。そこで足指運動のタオルギャザー・足指じゃんけんをご紹介します。足指運動を行い、血流を促して健康な足を目指しましょう。

#### 【タオルギャザー】

床にタオルを敷き、足の指でタオルをたぐり寄せます。一日左右×3セットが目安です。

#### 【足指じゃんけん】

足の指を開いたり閉じたりして、じゃんけんの「ぐー・ちよき・ぱー」を行います。慣れてきたら、回数を少しずつ増やしていきましょう。



冬に起こりやすい「低温やけど」、ご理解いただけましたでしょうか？ 注意点をさえ守れば低温やけどは予防できます。前回お話しさせていただいた「スキンケア」、今回の「足の運動」を併せて行うことで、皮膚のバリア機能・血流を高めることが期待できます。健康な足で寒い冬を元気に乗り越えましょう。

(文責・看護部 小椋純子)

# 第3回松圓会写真コンテスト 入賞作品発表

理事長賞

「一緒にいいね」

滝口 祐子さん



優秀賞

「大好き！孫」

桑原 克久様



東葛クリニックグループ（医療法人財団松圓会）の各施設で透析治療をされている患者さんと職員のコミュニケーションの向上を目的に開催している「松圓会写真コンテスト」は3回目を迎えました。

第3回のテーマは「大好き！」。いろいろな大好きが詰まった作品が集まりました。

厳正な審査の結果、理事長賞1作品、優秀賞3作品が選ばれました。患者さんからの応募作品（「大好き！孫」桑原克久様）も見事に優秀賞に輝きました。

今回は理事長賞と、優秀賞から1作品をご紹介します。



## ようこそ東葛クリニック病院へ — 中学生の職場体験 —

2016年11月から12月にかけて、松戸市立第5中学校から3名、河原塚中学校から4名、古ヶ崎中学校から3名の生徒さんが、職場体験のため来院されました。医療の仕事に興味を持っている生徒さんたちは、目を輝かせて体験していました。

（医療福祉連携支援部・水村宏之）



# 残っている薬はありませんか？

## —残薬を減らす取り組みの紹介—



「残薬」とは、医師から処方された薬を飲み残したり飲み忘れていたりして余った薬のことをいいます。近年、高齢者宅から薬が大量に見つかる事例が増えており、全国の75歳以上の在宅高齢者だけでも残薬は年間およそ475億円分に上ると推計されています。適切に服用できていないことにより、症状の悪化でさらに薬が増えるという悪循環もあります。

我が国では平成24年度から薬剤師による残薬の確認が本格的に始まり、東葛クリニックグループでも今年度から取り組みを開始しています。



当グループで患者さんから聞き取った具体例と対応策

例1 「昼の薬の飲み忘れが多く、余っている」

〈対策〉

処方日数を調整。または昼の薬を、朝または夕の服用に変更できないか医師に検討してもらおうことができます。

例2 「薬の味や大きさが気になり服用できていない」

〈対策〉

同効薬の他の薬や飲みやすい剤形のものに変更できる場合があります。

例3 「薬の種類が多すぎて管理ができない」

〈対策〉

遠慮せず、お気軽に医師、薬剤師にご相談ください。薬の種類や飲む回数を減らせる場合があります。

## 飲み忘れ防止！

### お勧めグッズをご紹介

「外食が多くて、つい薬を飲み忘れてしまう」「インシュリンの注射を忘れた」なんて患者さんの会話を耳にします。厚生省調査の残薬発生の理由第1位も『飲み忘れ』となっています。そこで、お薬の整理もできる飲み忘れ防止のお助けグッズをご紹介します。



おすすめ1

家で薬を飲むことが多い方

### 「お薬カレンダー」

1ヶ月単位／1週間単位／1日単位のものがあります。服用後、空のシートや袋をポケットに戻しておくことで飲み忘れを防止できますね



おすすめ2

外出先で薬を飲むことが多い方

### 「ピルケース」

半錠用のカッター付きの物や1日単位で持ち運びOKのタイプもあります



おすすめ3

携帯電話のアプリを利用

### 「飲み忘れ防止アプリ」

服用時間になるとアラーム音で、服用する薬を知らせてくれます



飲み忘れ防止グッズは、ドラッグストアや通信販売、100円ショップなどで購入することができます。また、携帯電話のアプリは種類が豊富ですので、ご自身の使いやすいものをお選びください。

飲み忘れが心配な方はご紹介したようなグッズを上手に使い、お薬の管理にお役立て下さい。



平成24年度は、薬剤師が医師に照会し、調剤する薬を減らすなどしたことにより、およそ29億円の医療費を抑制できたことが判明しています。

当グループでの残薬への取り組みは開始されたばかりですが、すでに医療費削減の効果が見られています。

薬のことでお困りのことがあれば、薬剤師または医師にご相談ください。

(東葛クリニック病院・薬剤師

栗原喜久美・小島香織)

【引用元】NHK「くらし☆解説」

保健指導リソースガイド

# 『マイライフ —化学とともに—』

透析

患者さん  
インタビュー



このコーナーでは東葛クリニックグループで透析治療を受けていらっしゃる方のお話をご紹介します。今回は福本喜久子さんにお話をお聞きしました。



東葛クリニック八柱

ふくもと きくこ

福本 喜久子さん (52歳)

透析歴 36年



- Q. 長く当院に通っていたのですが、スタッフにはどのような印象を持っていらっしゃいますか？
- A. スタッフの教育がしっかりしているなと思つています。穿刺が上手な方が多いと思います。
- Q. 通い始められたところと最近を比べて、スタッフに変わったと感じるところはありますか？
- A. 変わらずよくしていただいています。特に、透析を始めた頃は小さかったこともあつて、皆さんにとっても気にかけてもらいました。なので、透析に来るのが苦ではありませんでした。その頃、透析に行くのがいやだと思つていたら、高校に行くことにも支障が出ていたんじゃないかと思つています。「治療のために時間を取られるのは嫌だ」とは思いましたが、それ以外は嫌だという意識はなかったんです。それは(臨床工学) 技士や看護師の皆さんがよくしてくださったからだと思つています。
- Q. 16歳から透析を始められたということですが、導入するときはどのようなお気持ちでしたか？
- A. もともとの性格もあつたんだと思いますが、あまり暗く落ち込むことはありませんでした。私が透析を始めたころから透析の技術も急激によくなつたということもあると思います。ダイアライザーもファイバー型でしたし、保険も整つていました。導入した時期がラッキーだったと思います。私より前に導入された方は本当にご苦労されたんじゃないでしょうか。
- Q. 治療に関しては変わったことはありますか？
- A. 水分や食事の制限は以前はとても厳しかったです。自己管理が本当に大切だといわれて、厳しく教育されました。16歳の私にも「あなたの生命予後は自己管理にかかっていますよ」というような感じで。
- Q. ご自身の体験もあり、透析に関係する研究をお仕事にされたとお聞きました。
- A. ダイアライザーの研究をメインに行つていました。生体適合性のいい膜を作るという課題をもって研究をしていました。

Q. 具体的にはどのような研究をされていたのでしょうか？

A. MPC(メタクリロイルオキシエチルホスホリルコリン)という物質を使って研究をしていました。MPCは、コンタクトレンズの保存液やシャンプーに入っていたり、人工股関節にも利用されている物質です。具体的には、MPCを膜に塗って生体適合性を高めようという研究です。

Q. 今も研究を続けられているのですか？

A. 平成20年までは大学で研究員をしていたのですが、退職しました。今は非常勤講師として大学と高校で化学を教えています。私自身が化学を面白いと思っているので、それを学生さんにも分かってもらいたいという気持ちで授業をしています。なるべく身近なものを例に出しながら化学の話に結び付けるなど、生徒たちに興味を持ってもらえるよう、毎日が勉強です。最近はプリントの用意など、つい遅くまで授業の準備をすることが多くて、透析治療の時間は睡眠時間のようになくなってしまっています。血圧が下がってしまうので、あまり良くないとは思っているのですが。

Q. 仕事と治療のバランスは難しいですね。福本さんにとっての理想の透析とはどういうものでしょうか？

A. やはり長生きできることではないでしょうか。今は若い方が透析に入る時には30年は生きられるから人生設計ができると思いますが、私が透析を始めた頃は1年生存率とか5年生存率とか、そういう話をされました。先を見られるのは1年とか5年とかそのくらいだったので、就職も1年更新の研究員を選びました。あの当時、30年生きられるよと言われていたら、他の人生設計もあつたかもしれないと思うこともあります。

Q. 「長生き」という意味では今の透析は理想に近くなっているのでしょうか？

A. そう思います。これからは、自分の腎臓の代わりに24時間働いてくれる人工腎臓ができれば理想ですね。治療のために時間をとられない透析は理想だと思います。



〈インタビューより〉

「化学の楽しさを学生に伝えたい」というお話をとても楽しく聞かせていただきながら、福本さんの授業にでている学生さん達をうらやましく思いました。また、いろいろとお話を聞かせていただきました。ご協力ありがとうございました。

(東葛クリニック病院

総務部・本橋和子)

### 東葛クリニックグループ

#### 診療実績

(平成28年9月～11月)

〈外来患者数〉 10,021人

〈新入院患者数〉 279人

〈退院患者数〉 276人

〈平均在院日数〉 18.7日

(11月)

〈透析実施回数〉 40,722回



# 東葛クリニック病院 外来診療のご案内

[受付時間] 午前 8:30~12:00 午後 13:30~16:30

[診療時間] 午前 9:00~ 午後 14:00~

※ 日曜・祝日は休診です。諸事情により担当医が変更になる場合があります。

外来診療予約電話 TEL 0120-113-751 (受付時間8:30~17:00)

※ 当院は予約制となっております。診療券をお持ちの方はお手元にご用意の上、お電話下さい。

※ 但し、急患、新患の方はこの限りではありません。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
外科	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後	○	○	○	○	○	
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	土曜・午後 第2、第4のみ
	午後	○	○	○	○	○	
呼吸器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
循環器内科	午前	○	○	○	○	○	木曜・午前 診療9:30~
	午後	○	○	○	○	○	
消化器外科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
泌尿器科	午前	○	○	○	○	○	月曜 第1、第3、第5のみ 土曜・午後 第1、第3、第5のみ 月・火・木曜の午後は検査のみ
	午後	○	○	○	○	○	
整形外科	午前	○	○	○	○	○	午後 第1、第3水曜診察なし 木曜・午後 第1のみ
	午後	○	○	○	○	○	
呼吸器外科	午前	○	○	○	○	○	診療時間 14:30~16:00
	午後	○	○	○	○	○	

	月	火	水	木	金	土	備考
血管外科(循環器外科)	午後		○	○			
糖尿病外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
アケヒ外来	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
腎炎外来	午後	○	○	○	○	○	午後診 第1、第3のみ
乳腺外来	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
ペインクリニック	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ
ストーマ外来	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ 木曜日 第2、第4のみ
腎不全外来	午前	○	○	○	○	○	
創傷ケア	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ 診療時間 13:30~
フットケア外来	午前	○	○	○	○	○	9:00~11:00 14:00~16:00
	午後	○	○	○	○	○	第2土曜日、第4木曜日のみ
褥瘡外来	午後	○	○	○	○	○	午後診のみ 診療時間 15:30~16:30
胃内視鏡	午前	○	○	○	○	○	土曜日 第3のみ
大腸内視鏡	午後	○	○	○	○	○	土曜日 第1、第3のみ



# 東葛クリニックみらい

[受付時間] 午前 8:30~11:30 午後 14:00~16:30

[診療時間] 午前 9:00~12:00 午後 14:30~17:00

# 東葛クリニックみらい 外来診療のご案内

東葛クリニックみらい電話 TEL 047-366-6150

※1 心療内科は完全予約制です。 ※ お薬は院外処方となっております。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・循環器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
内科・呼吸器内科	午前	○	○	○	○	○	水曜日 第2・4週のみ 木曜日 第1・3・5週のみ
	午後	○	○	○	○	○	
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	

	月	火	水	木	金	土	備考
糖尿病外来	午前			○			午後 診療時間 14:00~ (受付時間 13:30~)
	午後			○			
心療内科※1	午前					○	午後 診療時間 13:30~ (受付時間 13:00~)
	午後					○	
禁煙外来・ 睡眠時無呼吸外来	午前					○	
	午後					○	