

ほほえみ

夏



【特集】COPDってどんな病気？

患者さんインタビュー「旅とグルメが元気の素！」

【季節のレシピ】

カット野菜とツナの和風マヨネーズあえ

【イベント・勉強会情報】

- ・東葛みらい健康カレッジ
- ・慢性腎臓病教室
- ・糖尿病教室
- ・透析勉強会

【新設外来のご紹介】

- ・神経内科外来／担当医紹介

【各種ご案内】

- ・看護の日イベントを開催しました
- ・ホームページのセキュリティ対策
- ・東葛クリニック新松戸移転開設
- ・肺炎球菌ワクチンの接種について
- ・高校生の職場体験

特集 COPDってどんな病気？

東葛クリニック病院
呼吸器内科部長 亀山 伸吉



はじめに

COPDという言葉を皆さんは聞いたことがあるでしょうか？厚生労働省が推進している「健康日本21(第二次)」の中で「COPDの認知率を上げること」が目標として掲げられています。平成28年度の認知率は25%と高くありません。

COPDは慢性閉塞性肺疾患(chronic obstructive pulmonary disease)の英語の病名の頭文字をとったもので、WHO(世界保健機関)が提唱した国際的な疾患名です。日本でCOPDと診断された患者は22万人(1998年・厚生省調査)ですが、2001年に行われた疫学調査

(NICE Study)では、日本におけるCOPDの潜在患者は530万人と推定されています。実際にCOPDと診断されている人は氷山の一角にすぎないのです。COPDと気づかないまま病状が進行、悪化してしまうと、死に至る可能性もあります。悪化する前に「COPDかも？」と気づき、早期に治療を始めることが大切です。

COPDとは

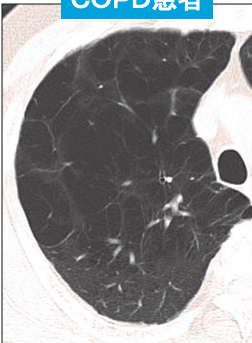
COPDは喫煙などが原因で肺の広い範囲に治りにくい炎症がおこり、呼吸がしにくくなる病気です。

喫煙で気管支に炎症が起こると気管支の粘膜がむくみ充血したり、粘液の分泌が活発になつて痰が増加したりします。慢性の炎症のために気管支の壁が厚くなつて痰がたまるので、気管支の内腔が狭くなります。また、タバコの煙や炎症が刺激となり咳が出ます。2年以上、咳と痰が続く場合には、症状から慢性気管支炎

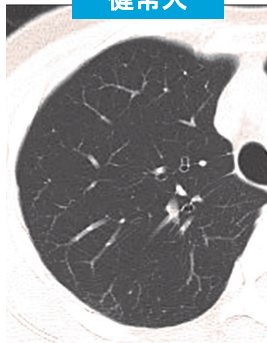
と診断されます。

また、肺胞の炎症が続くと肺胞の壁が破壊されて気腫を生じ、拡大します。この状態を肺気腫と言います。肺気腫では肺胞の毛細血管が壊れるためにガス交換の面積が減少し、また肺胞の弾性線維が破壊されるため肺胞の収縮力が弱くなります。

COPD患者



健常人



肺のCT画像

健常人の肺のもやもやした線状の陰影は主に血管。COPD患者では真っ黒く抜けた部分が広くみられ、この部分は肺が壊れて孔(あな)が空いている(肺気腫)

このように、長期にわたる気管支や肺の炎症により、慢性気管支炎と肺気腫の症状が現れます。以前は慢性気管支炎と肺気腫はそれぞれ別の病気として診断されていましたが、この2つの病気をまとめてCOPDと呼ぶことがWHOにより提唱されました。

COPDは肺だけの病気じゃない？

COPDの患者さんの多くは、肺の病気だけでなく、全身の臓器に様々な病気を併存しています。これはタバコの煙が肺の炎症細胞を刺激してサイトカインという物質の放出を促し、肺だけでなく全身の炎症を引き起こすためと考えられています。すなわちCOPDは全身的な病気であるとと言えます。

併存症としては動脈硬化による心血管疾患、胃潰瘍、糖尿病、メタボリック症候群、肺がん、骨粗鬆症、体重減少、筋力低下、抑うつなど様々です。COPDの死因のうちCOPDの悪化(呼吸不全・肺炎)は約30%にとどまり、心血管疾患が約30%、肺がんが約20%を占めています。がんは肺がんだけでなく、喉頭がん、食道がん、肝臓がんなどにも注意が必要です。骨粗鬆症には息切れによる運動量の低下

も原因しています。鬱病はCOPDの患者さんの約40%と高率に合併しているといわれています。

COPDの原因

COPDの主な原因はタバコです。長年タバコを吸い続けることで、中枢

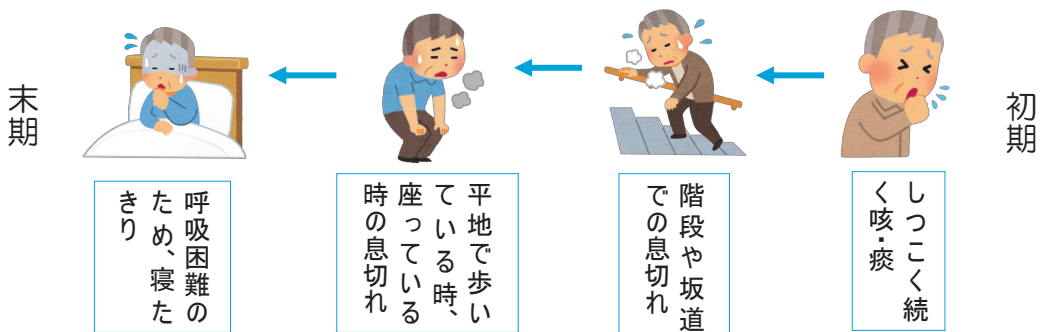


の太い気道、末梢の細い気管支や肺胞など、肺の広範囲に炎症が引き起こされます。タバコ以外の原因として大気汚染や粉じんがありますが、COPD患者の90%以上は喫煙者です。

COPDの症状

COPDの初期症状はしつこく続く咳や痰です。次には階段や坂道で強い息切れが起こるようになります。咳や痰はありふれた症状ですし、息切れは年齢のせいと放置してしまいがちです。これらの症状を放置しているとCOPDが進行し、会話や食事の時や平地を歩いている時、ただ座っているだけでも息切れをするようになります。さらに進行すると、息切れのために外出ができないようになり、やがては呼吸困難のために寝たきりになってしまふこともあります。

COPDの進行による症状の変化



COPDはゆっくりと進行するため、いつ症状が出るようになったかはつきりしないことがほとんどです。

COPDの診断

COPDの息切れは、安静にしているときには自覚することが少なく、階段を上がったたり、荷物を持つなどの負荷がかかった時に生じます。息切れを自覚する頃には、すでにCOPDは中等症以上まで進行していることがほとんどのため、息切れを生じる前にCOPDと診断する必要があります。

COPDの早期診断のために、次の項目についてご自身でも確認してみましょう。

- 早期診断のためのチェックリスト
- 40歳以上である
- 現在タバコを吸っている、または、以前にタバコを吸っていた
- 風邪でもないのに咳が出る
- 風邪でもないのに痰が出る
- 同世代の人に比べて息切れしやすい



3項目以上あてはまる場合はCOPDの可能性がありますので、一度、医療機関を受診するとよいでしょう。

COPDの確定診断には呼吸機能検査（スパイロメトリー）が必須です。この呼吸機能検査で気道が狭くなっていること（閉塞）を確認します。肺機能検査の結果、気道の閉塞があり、COPD以外の気流制限をきたす疾患がないことを確認した上で、COPDの診断が確定します。



COPDの増悪を起ささないことが大切

COPDでは、安定していた症状が、風邪などで急激に悪化することがしばしばあります。このような急激な悪化を「急性増悪」といいます。増悪の原因は風邪などのウイルス感染が多く、迅速に適切な手当てをしないと、呼吸状態が悪化し、命にかかわることもあます。

COPDの増悪の大きな問題は、一旦、

増悪を起すと、回復しても必ずしも肺機能が元のレベルに戻らないことです。したがって増悪を繰り返すと肺機能はだんだん低下して重症化していきます。ですからCOPDの増悪は極力避けなければいけません。

COPDでは気管支の防御機能が低下してウイルスや細菌に感染しやすい状態です。COPDの増悪を防ぐためには次のようなことに注意をしましょう。

(1) 外出するときにはマスクをつける



(2) 外出から帰ったら、必ずうがい、手洗いをする



(3) インフルエンザワクチンを接種する



また、禁煙によって増悪の頻度は1/3に減少します。肺炎球菌ワクチンは肺炎球菌による肺炎を予防するワクチンですが、これもCOPD増悪への有効性が確認されています。

COPDの治療

COPDの治療方法には禁煙、薬物療法、運動療法、ワクチン接種、食事療法などがあります。

【禁煙】

治療方法の中で、「禁煙」は最も効果的で、かつ最も経済的な治療法です。禁煙の効果として、①肺機能の低下する速度を遅くする、②COPDの増悪を減らす、③COPDの死亡率を減少させるなどがあります。「治療の第一歩は禁煙から」と言えます。



【薬物療法】

薬物療法は、COPDの症状を軽くし、増悪の頻度を減少させ、症状の重症化を防ぎます。薬物には気管支拡張薬、去痰薬、細菌感染を合併した場合の抗菌薬、増悪を繰り返す時の吸入ステロイドなどがあります。COPDの薬物療法の中心は気管支拡張薬です。



【運動療法】

COPDが進行すると息切れを生じるため、「こゝなに息苦しいのだから、安静を保つしかない」と思いがちです。しかし、運動不足のた



めに呼吸筋が弱くなると、よけい息切れするようになってしまいます。

手軽にできる有酸素運動であるウォーキングなど、適度な運動を日課として続けていくことが大切です。

【食事療法】

COPDでは呼吸筋のエネルギー消費が増大するために、健康な人より多くのカロリーをとる必要があります。また手足の筋力が低下し、筋肉が萎縮するため高蛋白質にする必要があります。COPDの食事療法は高カロリー、高蛋白が基本です。ただし、いも類などの消化管内でガスを発生させるような食品はなるべく避けましょう。



【在宅酸素療法】

COPDが進行し、呼吸機能がある一定以上悪くなると、不足する酸素を補うために自宅でも酸素吸入が必要になります。

在宅酸素療法によって生存期間を延長し、QOL(生活の質)を改善することができます。また、酸素ボンベを携帯すれば外出や旅行も可能になります。



最後に

COPDのリスクを減らすためには、禁煙が重要です。タバコの煙を吸い続けることで、COPDだけではなく、さまざまな病気による死亡率が著しく上昇します。タバコの煙には、ニコチン、タールや一酸化炭素のほか、200種類以上の有害物質が含まれているのです。

喫煙によって多くの健康被害が引き起こされることが解つていても、禁煙するのは難しいものです。なぜなら喫煙習慣はニコチンに対する薬物依存症だからです。喫煙者がタバコをやめると、喫煙への渴望、短気、不安、集中困難、イライラ感、不眠などの症状を生じることがあり、自分の意志だけでは禁煙できないことが多いです。

禁煙しようという意志があるのに自分ではどうしても禁煙できない時には禁煙外来などを受診するのもよいでしょう。



(東葛クリニック病院・呼吸器内科部長・

龜山伸吉)



看護の日イベントを

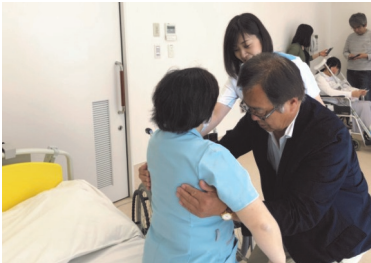
開催しました

毎年恒例となった看護の日のイベントを2018年5月13日に、東葛クリニックみらいで開催しました。

今年も「知って考え体験しよう看護の心ーあなたと地域のこれからの為にー」をテーマに、高齢者・視覚障害者体験、ベッドから車いすへの移乗体験、手洗いチェッカー体験のコーナーを設け、来場いただいた方には、様々な体験をしていただきました。その他、AED、救急処置の体験、栄養相談や講演などのイベントも実施しました。当日は雨模様にもかかわらず、多くの方にご来場いただきました。



広報誌68号でご紹介した池田さんのバルーン作品で飾られた受付



ベットから車いすへの移乗のコツを体験



多くのスタッフが皆さんをお迎えしました

東葛クリニックグループのホームページをご利用の皆さまへ

東葛クリニックグループでは皆さまにより安全にホームページをご利用いただけるよう、当グループで運用している全サイトのすべてのページを常時SSL化(https化:サイト全ページの通信を暗号化するセキュリティ対策)いたしました。この対策により、第三者によるデータの盗み見・なりすまし・改ざんなどの危険性を回避します。

つきましては、ホームページのURLアドレスが以下のとおり変更となりました。旧URLアドレスにアクセスした場合でも自動的に新URLへ転送されますが、ブックマークやお気に入り登録されている場合は、お手数ですが新URLアドレスにて再登録をお願いいたします。

(旧) <http://www.tokatsu-clinic.jp> → (新) <https://www.tokatsu-clinic.jp>

なお、SSL化の特性上、Windows XP以前のブラウザなど、一部のブラウザでは正しく表示できない場合があります。

神経内科

(新設外来の「紹介」)

【神経内科とは?】

神経内科は、中枢神経(脳や脊髄)・末梢神経・筋肉などの障害によって起こる病気を診断し、治療する診療科です。主に、脳卒中、偏頭痛、てんかん、パーキンソン病、神経変性疾患、認知症などの病気を診療します。



【外来での診療】

まずはしっかりと病状をうかがいます。いつから、どのような症状が出てきたのか、どのような時に起こるのか、など詳しく問診を行います。

その上で適切な診断・治療を行うための神経学的診察(脳・脊髄および神経の

機能を確認するための質問や検査)を行い、必要な場合にはレントゲンやCT、血液検査、認知機能検査などの検査も実施します。

診察や検査の結果から、個々の患者さんに最も適した治療の提案を行います。

【こんな症状があったら受診を】

次のような症状がある場合には神経内科での治療が必要な場合があります。

- 頭痛
- めまい、ふらつき、たちくらみ
- 手足のふるえ、しびれ
- 手足に力が入らなくなつた
- 歩きにくくなった、よく転ぶ
- 言葉がしゃべりにくい、呂律が回らない



動作が鈍くなった、以前より不器用になった

物忘れがひどくなった



【外来診療スケジュールについて】

東葛クリニック病院・神経内科外来

「診療日」

水曜日

午前 9時00分～12時00分

午後 13時30分～15時00分

「外来診療予約電話」

☎ 0120-113-751

(予約受付時間 8時30分～17時)

症状に応じて、東葛クリニックグループ内の他の診療科や、地域の医療機関との連携を図って参ります。

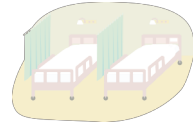
診察には時間を要しますので、予約の上、ご来院ください。お待ちしております。

【入院中のサポートも行っています】

近年、認知症患者さんが増加し、地域におけるサポートの重要性が話題となっています。

認知症を有する方が身体の病気の治療のために入院生活を余儀なくされた場合、生活環境やリズムの違いから困惑や不安が強くなり、認知症症状が悪化してしまう恐れがあります。

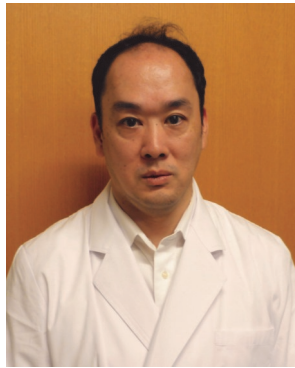
東葛クリニック病院では、入院生活による認知症症状の悪化を予防して、身体の病気の治療が円滑に進められるよう、認知症ケアチームを発足しチーム医療を推進しています。神経内科医はそのメンバーとして診療やスタッフへのケアの指導も行っています。



認知症ケアチーム
カンファレンスの様子

神経内科担当医のご紹介

ふかえ じろう
深江 治郎



「略歴」

順天堂大学 卒業

順天堂大学、福岡大学を経て、
順天堂大学練馬病院（脳神経内
科・准教授）

専門・脳神経内科

（日本神経学会・神経内科専門医、
日本リハビリテーション医学会・
リハビリテーションシヨク専門医、日
本内科学会・総合内科専門医）

平成30年4月より、東葛クリニック病院に深江治郎医師（非常勤）が着任しました。神経内科外来を担当いたします。

医師を目指したきっかけは何ですか？

私は未熟児で生まれました。当時の医療技術ではギリギリの体重であったと、母から聞かされていました。その話を聞いてから、医療に感謝するとともに、医師になりたいと思ったことがきっかけです。

趣味はありますか？

温泉でのんびりすることが好きです。九州では、黒川温泉が好きでした。関東でも、お気に入りの温泉を探したいと思います。

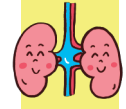


患者さんへ一言

神経内科の疾患は、診断や治療が難しいケースが少なくありません。時間をかけての診察と丁寧な説明を行ってきたいと思います。よろしくお願いたします。



健康カレッジ・講演会のご案内



慢性腎臓病勉強会



東葛みらい健康カレッジ

9月29日(土)

「運動不足が病気につながる、その対策とは」

森康

(東葛クリニック病院・理学療法士)

10月7日(日)

(秋のふれあい健康まつり内のイベント)

【受付】9時30分〜

【時間および内容・講師】

〆9時50分〜10時50分

「不整脈の病態、対策、治療(心電図の解説も含めて)」

川越 康博(東葛クリニックみらい院長)

〆11時00分〜12時00分

「痛風・高尿酸血症について」

小野崎 彰

(東葛クリニック病院・腎臓内科部長)

〆13時00分〜14時00分

「泌尿器の病気

―尿漏れから前立腺がんまで―

富田 晋太郎

(東葛クリニック病院・泌尿器科医長)

【会場】

東葛クリニックみらい 6階ホール

【受付】13時30分〜

【講演】14時00分〜15時40分

【日程および内容】

7月7日(土)

慢性腎臓病患者さんが気をつけたい生活習慣 (小野崎医師)
たんぱく質を上手く抑えるためには (管理栄養士)

9月22日(土)

(8月25日の予定が変更となりました)
慢性腎臓病に伴う合併症について(打田医師)
どう抑える? カリウムと塩分 (管理栄養士)

【会場】

東葛クリニックみらい 6階ホール

【受付】13時30分〜

【講演】14時00分〜15時30分

【日程および内容・講師】

7月21日(土)

「生活習慣病と腎臓について」
小野崎 彰
(東葛クリニック病院・腎臓内科部長)

9月8日(土)

「着々と進歩する抗がん治療」
五月女 隆
(松戸市立総合医療センター・化学療法内科部長)





糖尿病教室

【会場】

東葛クリニックみらい 6階ホール

【受付】 14時30分～

【講演】 15時00分～15時45分

【日程および内容・講師】

7月23日(月)

「運動療法 Let's 運動」

(東葛クリニック病院・理学療法士)

8月27日(月)

「糖尿病の合併症について①」

(東葛クリニック病院・糖尿病看護認定看護師)

9月10日(月)

「内服療法(経口剤)」

(東葛クリニック病院・糖尿病内科
川越千恵美医師)



※慢性腎臓病教室、東葛みらい健康

カレッジ、糖尿病教室はどなたでも、無

料でご参加いただけます。事前のお申

し込みは不要ですので、直接会場へお

越しください。

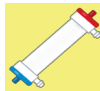
※東葛みらい健康カレッジ、慢性腎臓病

教室、糖尿病教室は『まっど健康マイ

レージ』5マイル対象の講座です。

※詳細につきましては、ホームページ、院

内掲示でお知らせいたします。



透析勉強会

【受付】 9時00分～

【講演】 9時30分～11時00分

【日程・会場および内容・講師】

7月8日(日)

〈会場〉東葛クリニックみらい

透析と抗加齢医学(みらい副院長・

中澤了一)

自宅での緊急時対応(臨床工学技士)

ふせこう足病変(看護師)

8月26日(日)

〈会場〉東葛クリニック小岩

日常生活におけるリハビリテーション

(臨床工学技士)

シャントの超音波検査で何がわかる

か?(臨床工学技士)

コンビニやスーパーパーの上手な使い方

く食べて寝たきり予防(管理栄養士)

9月16日(日)

〈会場〉

けやきプラザ7階研修室

(東葛クリニック我孫子主催)

シャント管理(血管石灰化、シャント閉

塞、緊急時対応)(臨床工学技士)

元気に年をとるために(筋力低下・動

脈硬化を予防)(看護師)

コンビニやスーパーパーの上手な使い方

く食べて寝たきり予防(管理栄養士)

※透析勉強会はどなたでも、無料でご参
加いただけます。

※事前のお申し込みは不要です。

※詳細につきましては、ホームページ、院
内掲示でお知らせいたします。



～高校生の職場体験～

ようこそ！東葛クリニック病院へ



感染対策として正しい手洗いの体験



透析室でカテーテルの消毒と接続の体験



手術室で手術室看護師の役割を見学

東葛クリニック病院では、学生の職場見学を受け入れています。2018年3月、松戸市立松戸高等学校に在籍中の看護師志望者2名が看護体験に来院しました。

ユニフォームを着用し病棟、外来、透析室、手術室など多様な看護の形を見学及び体験しました。「絶対、看護師になります！」と話す彼女達の瞳がとても印象的でした。当院での看護体験が彼女達の人生の一助になれば幸いです。
(看護部・浦田克美)

東葛クリニック新松戸 7月2日に移転開設



2018年7月2日に東葛クリニック新松戸が移転開設いたしました。新たな施設は治療中のプライバシーに配慮したレイアウトとなりました。

JR武蔵野線・常磐線新松戸駅より 徒歩8分 (松戸市新松戸 3-26-1)

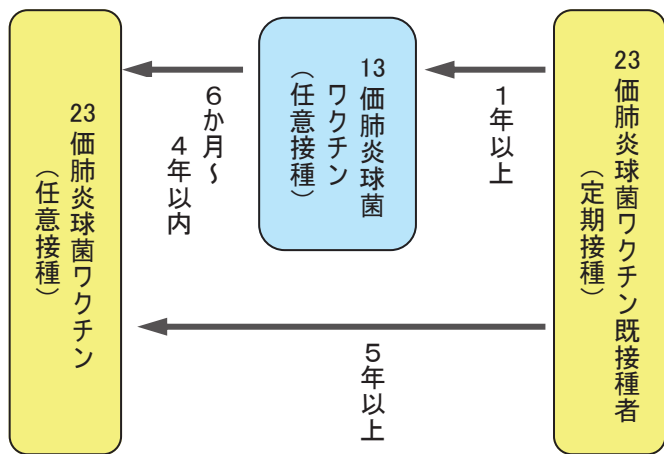
肺炎の予防 —肺炎球菌ワクチンの接種について—



肺炎は日本人の死亡原因の第三位で、65歳を過ぎると年齢とともに肺炎による死亡率が上昇していきま
す。肺炎の原因となる細菌やウイルスはいくつかありますが、原因菌として最も多いのは肺炎球菌と考えられています。そこで、肺炎の罹患・重篤化の予防のため、肺炎球菌ワクチンの接種が推奨されており、高齢者を対象とした肺炎球菌ワクチンの定期接種が実施されています。

肺炎球菌ワクチンの定期接種は対象の年齢に該当する人が肺炎球菌ワクチン（23価肺炎球菌ワクチン）の接種を1回受けることができるというもので、定期接種の対象者はワクチン接種費用の助成を受けることができます（ただし、助成の内容は市区町村により異なります）。

ワクチンによる肺炎予防は一度行えば一生続くわけではなく、23価肺炎球菌ワクチンの場合は、接種後5年を経過すると次第に効果が低下してくるといわれています。定期接種は1回のみですので、再接種は任意となり、自己負担となります。



肺炎球菌ワクチンは定期接種で用いられる23価肺炎球菌ワクチン（商品名・ニューモバックスNP）と13価肺炎球菌ワクチン（商品名・プレベナー13水性懸濁注）の2種類あり、接種間隔が異なります。



成人用肺炎球菌ワクチンの接種間隔

肺炎球菌ワクチンの再接種については、かかりつけ医に相談をしてください。（薬剤部）



ワクチン接種料金

- （東葛クリニック病院）
- 肺炎球菌（ニューモバックス） 7,490円
- 肺炎球菌（プレベナー13） 10,130円

※ ワクチン接種料金は見直される場合がありますので、ご了承ください。

※ 東葛クリニックグループの各施設で透析をされている患者さんは、在籍されている施設でのワクチンの接種も可能です。

『旅とグルメが元気の素！』

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。



東葛クリニック小岩

くぼたゆみこ

久保田由美子 さん (66 歳)

透析歴 39 年



Q. 透析導入したのはいつですか
A. 昭和54年12月、28歳の誕生日でした。今年で39年になります。

Q. 腎臓病と言われたのはいつ頃ですか

A. 高校の時、就職試験の健康診断で尿タンパクを指摘され、近くの医院を受診したのですが、遊走腎だから何もしなくてもいいと言われました。特に症状も無かったので様子を見ていました。数年後、職場の健診で再度尿タンパクを指摘され、都内の総合病院を受診、検査の結果、慢性腎炎と言われました。その後、川崎市内にある総合病院の分院に3か月間入院しました。

Q. その後の経過はどうでしたか

A. 27歳の時、風邪症状から急激に体調が悪くなり、息切れがして、近所の商店街まで歩けなくなってしまうのです。そのため病院を受診したら、慢性腎不全で透析が必要と言われました。

Q. 透析を始められていかがでしたか

A. 初めて透析室に入った時には、他の患者さんが透析の針を刺されるのを見た

瞬間、「ギヤーツ」と悲鳴を上げて、病室に逃げ帰ってしまいました。後から看護師さんが追いかけて来てくれ、渋々透析を始めました。

Q. 東葛クリニック小岩へ転院したきっかけは何ですか

A. 都内の自宅から川崎まで、片道2時間かけて透析に通っていました。当時は、6時間透析でした。朝6時に家を出て、帰りが夜の7時です。貧血もあつたので、通院途中に具合が悪くなることも度々ありました。主治医が心配してくれ、自宅近くの東葛クリニック小岩を勧めてくれました。不安もありましたが、昭和55年4月に転院しました。

Q. 学生の頃についてお聞かせ下さい

A. 出身は東京都渋谷区、両親も私も渋谷っ子です。代々木公園や原宿の近くに学校がありました。中学、高校とバスケットボールや水泳をやっていました。水泳では区の大会に出場しました。昭和39年、中学1年の時、東京オリンピックが開催され、学校からは、フェンシングの応援に行きました。水泳とかも見たかったですね。



Q. お仕事はされていましたか

A. 高校を卒業後、渋谷駅前の百貨店の洋服売場で働いていました。24歳で結婚退職し、それからは専業主婦です。

Q. 趣味や興味のある事について教えてくださいいただけますか

A. いちばんの趣味は旅行です。国内は全国各地に行きました。以前は、東葛クリニック小岩の患者さんとも度々、出かけました。

Q. 海外にも行かれましたか

A. 主人が英語がペラペラだったので、色々な国へ連れて行ってもらいました。アメリカ、オーストラリア、東南アジアなどです。

ハワイには毎年行っていました。旅行先の透析の続きから、現地での会話まで全て主人がやってくれました。私は英語が全然ためなので、海外では無口になります。



Q. 旅行先でのエピソードはありますか

A. グラム旅行中の透析の朝、台風直撃で外は嵐です。透析に行く手段をホテルに相談したら、救急車を呼んでくれたのですが、結局、透析は次の日に変更されました。帰国後、救急車代7万円前後の請求書が届き、高くてビックリしてしまいました。



Q. 他にも趣味などありますか

A. ジャニーズのファンクラブに入っていて、東京と大阪のコンサート会場を飛び回っていました。コンサート中、3時間立ちっぱなしでも平気でした。楽しい思い出です。

Q. 最近も出かけていますか

A. 主人が7年前に亡くなり、今は1人暮らしです。腰が痛くて長い距離を歩くのがちよつと辛くなったので、コンサートや遠距離旅行は難しいですね。最近は、東京

都内のホテルに宿泊して、グルメめぐりをしています。以前は、歌舞伎座や映画館にも出かけていました。

Q. 透析生活で気をつけている点は何ですか

A. 体力維持のため、食事は肉が中心です。量も多目になってしまったため、体重も増加し、スタッフによく注意されます。あまり気をつけているとは言えないですね。ただし、カリウム(特に果物)には気を付けています。以前は、スイミングにも通っていました。

Q. 最後に、東葛クリニック小岩の感想を聞かせて下さい

A. 小岩に転院した当時、技士の大木さんが新人でした。同期生になりますね。他にも懐かしい技士さんや看護師さんの思い出が沢山あります。今も、スタッフは親切で良くしてくれています。

〈インタビュアより〉

久々にお会いし、昔と変わらない明るく前向きな久保田さんでした。笑顔で色々とお話いただきありがとうございました。

(東葛クリニック病院・総務部 水村宏之)



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。

(2018年3月31日現在)

	月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
外科	午前	○	○	○	○	○	土曜 第2、第4のみ
	午後	○	○	○	○	○	土曜 午後 第2、第4のみ
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
呼吸器内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
循環器内科	午前	○	○	○	○	○	
	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	○	○	○	○	○	土曜 午前 第2、第4のみ
	午後	○	○	○	○	○	
呼吸器外科	午前	○	○	○	○	○	診療時間 14:30~16:00
	午後	○	○	○	○	○	午後診療時間 13:30~15:00
神経内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	

	月	火	水	木	金	土	備考
血管外科(循環器外科)	午後			○			水曜日 第2、4のみ
	午前	○	○	○	○	○	
糖尿病外来	午後	○	○	○	○	○	
	午前	○	○	○	○	○	
アクセス外来	午前	○	○	○	○	○	土曜日 第2、4のみ
	午後	○	○	○	○	○	第1、第3のみ
乳腺外来	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
ペインクリニック	午後	○	○	○	○	○	
	午前	○	○	○	○	○	第2、第4のみ
ストーマ外来	午後	○	○	○	○	○	
	午前	○	○	○	○	○	
腎不全外来	午後	○	○	○	○	○	
	午前	○	○	○	○	○	
創傷ケア	午後	○	○	○	○	○	診療時間 13:30~
	午前	○	○	○	○	○	
フットケア外来	午前	○	○	○	○	○	9:00~11:00 14:00~16:00 第2土曜日、第4木曜日のみ
	午後	○	○	○	○	○	
褥瘡外来	午後	○	○	○	○	○	診療時間 15:30~16:30
	午前	○	○	○	○	○	水曜日 第1、第3、第5のみ 土曜日 第3のみ
胃内視鏡	午後	○	○	○	○	○	水曜日 第1、第3、第5のみ 土曜日 第1、第3のみ
	午前	○	○	○	○	○	
大腸内視鏡	午後	○	○	○	○	○	
	午前	○	○	○	○	○	

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

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	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	水曜日 第2・4週のみ 木曜日 第1・3・5週のみ
	午後	○	○	○	○	○	

	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					○	