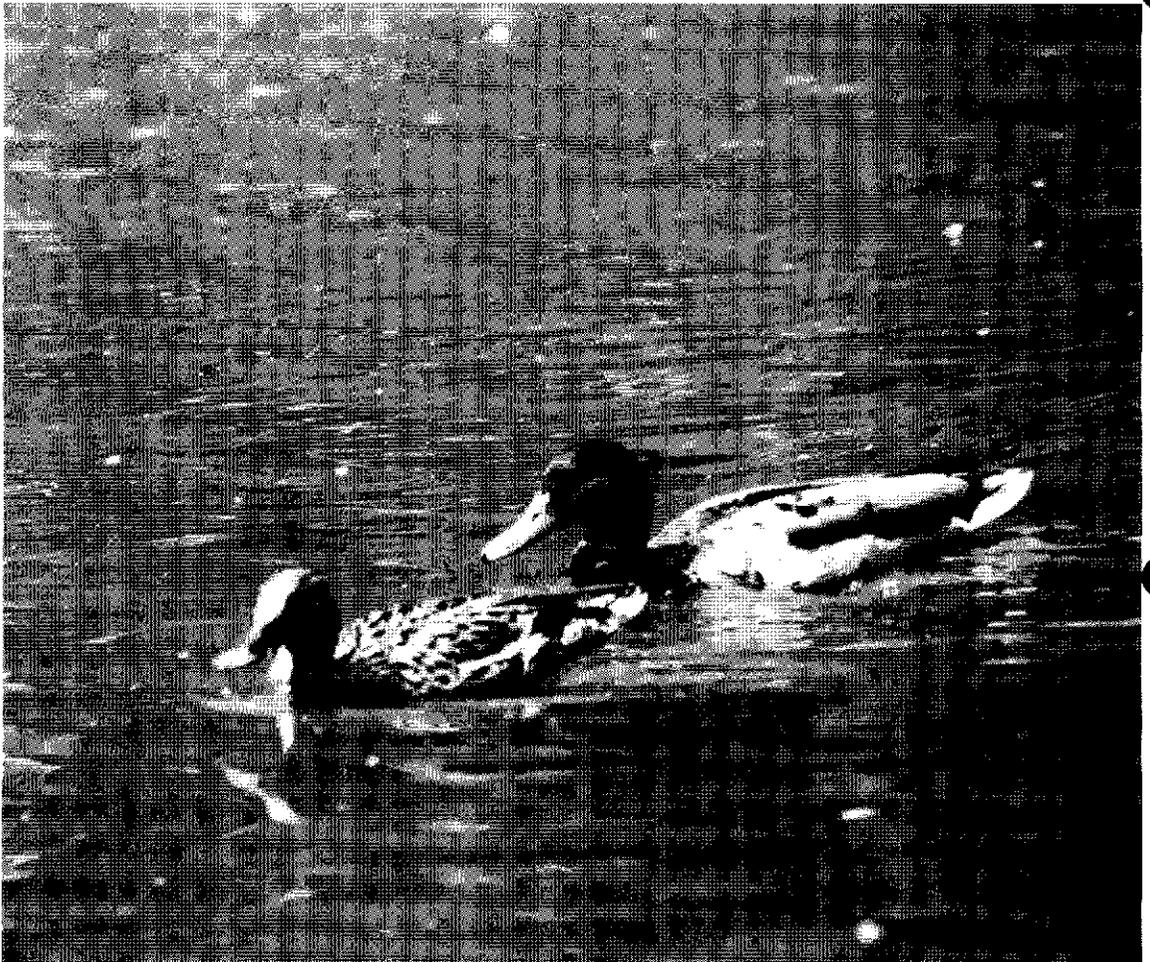


生きる仲間

昭和48年1月13日 第3種郵便物認可
H・S・K通巻364号
◎発行日 平成14年7月10日
(毎月10日発行)
◎発行責任者 鈴木 啓三
◎編集 札幌腎臓病患者友の会
札幌市北区北17条西2丁目21-617
サザンアベニュー北大301
◎発行所 北海道身体障害者団体
定期刊行物協会

第27回札幌腎臓病患者友の会総会



午後の散歩 (道庁前庭の池)

撮影 佐藤 功

札幌腎臓病患者友の会



総会開催される！

平成一四年五月一二日(日)、北区民センターに於いて、第二七回札幌腎友会定期総会を開催致しました。

午前一〇時、川村運営委員の司会挨拶で始まり、物故会員の冥福を祈り黙祷を捧げました。

鈴木会長が体調不良のため欠席され、村本副会長より、「昨年一〇月

⑨制度への所得制限導入や、今年四月より透析料金の一本化、検査料の引き下げや、外来透析中の食事が保険適用外になりました。特に年金生活者や低所得者は月一三〜一四回の食事の有料化は、たいへんな負担になっています。又、来年四月から

社会保険本人の二割から三割への昇

医療制度改悪阻止に向けて、 更なる運動の構築を！！

北区民センター

平成14年5月12日(日)
午前10時より

療費自己負担の引き上げにより、⑨制度の財源をも圧迫して、新たな負担増が考えられます。

今年度は厳しいスタートと成りましたが、これ以上の後退を阻止し、より良い透析医療制度の復活を是非皆さんと共に協力して取り戻そうではありませんか。」との挨拶で厳しい時代の到来を感じさせました。

次に来賓の挨拶に移り、宮村もと子市議会議員より、「気候穏やかな季節になりましたが、今年はお会員の参加が少なく、医療をめぐる状況は厳しさに向かっているだけに少し心配です。

健康保険が安心出来る保険である



第27回札幌腎友会定期

その後、三沢運営委員より祝電・メッセージ披露がありました。

事務局・任で、岸木運営委員が議長に選出され議事にはいり、①平成一三年度活動報告、②平成一三年度決算報告、③平成一三年度会計監査報告を一括して報告。質問では外来透析食の有料化等で、腎友会の活動のあり方について、問題提起されま

した。全腎協では、厚生労働省と話し合いを行い「今回の改定について医師会や患者団体からのアンケート調査等の結果を待ち、再改定もあり得る」との回答を頂いています。

今後もハガキ運動等で会員の皆様にご協力をお願いして、運動を続けていく事を確認致しました。その後拍手をもって承認を頂きました。

休憩の後、④平成一四年度活動方針(案)、⑤平成一四年度予算(案)の提案説明があり、質問を受けた後、拍手で承認されました。

続いて、⑥会則改正(案)が承認され、⑦平成一四年度役員紹介(変更役員のみ)を行いました。

議長降壇の後、喫茶クインテス閉店にともない、店主村本徳雄氏に、長年に亘り喫茶店を事務所とし、又、皆さんの心のよりどころとして、寄与された事への感謝をこめて感謝状と記念品を贈呈致しました。

最後に、堀井副会長より今後一年間のご協力をお願いして全てを終了致しました。

(報告 柳沼)

為に、医療制度や診療の中身を信頼出来る医療にし、介護の質の向上や情報公開をして、受ける側にも負担をしていただきながらも、安心の提供と、納得出来る医療を目指し、私達の立場で応援し、少しでも役に立ちたいと思っています。」との厳しさに負けないよう激励をいただきました。

した。全腎協では、厚生労働省と話し合いを行い「今回の改定について医師会や患者団体からのアンケート調査等の結果を待ち、再改定もあり得る」との回答を頂いています。

今後もハガキ運動等で会員の皆様にご協力をお願いして、運動を続けていく事を確認致しました。その後拍手をもって承認を頂きました。

休憩の後、④平成一四年度活動方針(案)、⑤平成一四年度予算(案)の提案説明があり、質問を受けた後、拍手で承認されました。

続いて、⑥会則改正(案)が承認され、⑦平成一四年度役員紹介(変更役員のみ)を行いました。

議長降壇の後、喫茶クインテス閉店にともない、店主村本徳雄氏に、長年に亘り喫茶店を事務所とし、又、皆さんの心のよりどころとして、寄与された事への感謝をこめて感謝状と記念品を贈呈致しました。

最後に、堀井副会長より今後一年間のご協力をお願いして全てを終了致しました。

(報告 柳沼)



札幌市議会議員
宮村もと子氏

祝電・メッセージ

○敬称を略させていただきます

- 札幌市保健福祉局
局長 宮田 睦彦
- 札幌市保健福祉局
障害福祉担当
部長 相沢 瀏
- 北海道腎臓バンク
理事長 武井 正直
- 市立札幌病院腎移植科
部長 平野 哲夫
- (財)北海道難病連
役員・会員一同
- 札幌市議会民主党議員会一同
- 札幌市議会議員 小林 郁子
- 社団法人腎臓病協議会
会長 油井 清治
- 小樽後志地方腎友会
- 道南腎臓病患者連絡協議会
- 苫小牧腎友会
- 十勝地方腎友会
- 釧路地方腎友会
- 北見地方腎友会
- 紋別地方腎友会

- 旭川地方腎友会
 - 留萌地方水無人腎友会
 - 深川腎友会
 - 岩見沢腎友会
- 心からお礼申し上げます。



祝電・メッセージを披露する三沢運営委員



会計監査報告をする三上監査役



司会進行の川村運営委員



村本氏へ、感謝状と記念品を贈呈



質問・意見も活発に



真剣に討議が行なわれました

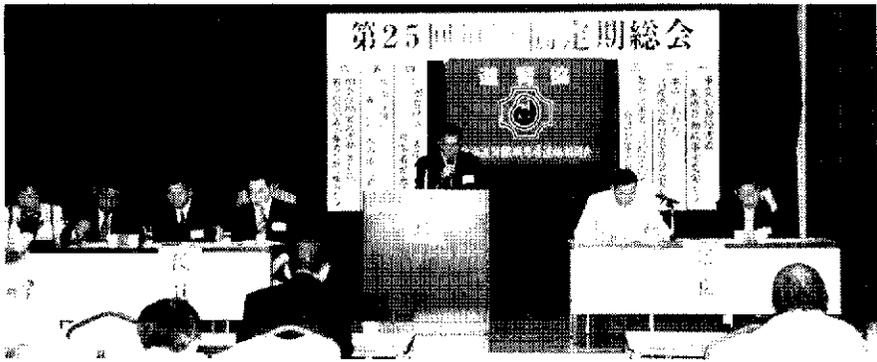


道腎協「第二五回定期総会」

札幌大会に参加して

事務局次長 吉田季代乃

(H・N・メディック)



今年の道腎協の総会は札幌で五月一九日(土)に行なわれました。

総会に先立って、前日の一八日(土)には毎年恒例の交流会が定山溪ビューホテルで行なわれました。私は初めて交流会に参加しましたが、全道各地から大勢の会員が集まりとても盛大な事に驚きました。今年には札幌の担当というこ

とで柳沼事務局長手作りの特大のバチンコ台でゲームが始まりました。会場の約半数の三四名がゲームに参加するところが出来ましたが、チューリップも気前よく開き会場は大変な盛り上がりでした。その興奮も冷め遣らぬうちにカラオケ大会となり最後には踊りだす方もいて、とても楽しい夜を過ごすことが出来ました。

総会当口は今にも雨が落ちてきそうな曇り空でしたが、来賓・役員・会員一五四名が参加して総会が開催されました。いつものように黙とうから始まり滞りなく総会が進められていきましたが、今年が青年部が設立され、発足宣言が川村部長によって行なわれました。私も青年部の一員として壇上に整列しましたが、一青年患者の要望、悩みを交換しながら青年患者の自立の

方策を考えていく」という部長の言葉に身も引き締まる思いでした。

今年、道腎協の活動に尽力された十勝地方腎友会の故兼山明雄さんに感謝状の贈呈があり、閉会となりました。

午後からは札幌北クリニックの大平整爾先生による医療講演が行なわれました。「透析医療の進歩と展望」という演題でHDFのことや、Kt/Vの計算、ダイヤライザーの種類、QB(血流量)など、これからの透析は患者自身も勉強が必要だと感じさせられました。

今年の総会は悪天候にも関わらず大勢の会員が参加して開催されました。青年部の発足により道腎協が今以上に活性化され、もっと多くの方に入会してもらえる会になるよう協力して行きたいと思いません。

全腎協全国大会に参加して

運営委員 芭木芳三
(自衛隊札幌病院)

全腎協二〇〇二年度全国大会が秋田市において五月二六日に行われ、これに参加しました。

言葉)で六〇〇人以上の参加者で盛大に行われました。青森県の方々と同席となり、患者会のことや日常生活等、話が弾みました。交流会の最後には参加者全員で「今日の日

大会の前日に交流会があり、これにも参加するために二五日午前秋田入りしました。

印象深い交流会でした。全国大会は、秋田市文化会館において、九四五人の参加で開かれました。

秋田空港には秋田県腎友会の案内所が設置され、歓迎と案内を受けました。一人旅で初めての土地でしたが、到着口での案内を受け心強く感じました。

交流会は、秋田市で最も大きなホテルの最も大きな会場(来賓の

全体会では、セレモニーの後「患者の訴え」として、東京・兵庫・福岡の何れも女性でかつ透析歴二〇年以上の方々が就職活動や患者会活動又合併症との戦い等、非常に積極的な生き方を発表し感銘を受けました。

自由討議となり、透析導入時に患者が自分の意思で血液透析と腹膜透析の利点欠点の説明を受け、自分のライフサイクルと身体特徴に合致した透析方法を選択できていないのではないか等のほかに、CAPD患者の患者会への参加にはどの様な工夫が必要か等、多岐に亘って活発な話し合いが行われました。

記念講演は、「安定した透析と自己管理のために」を演題に、新潟市信楽園病院副院長の鈴木正司先生がユーモアを交えて会場を笑わせながら、長期安定的な透析生活を送るための自己管理についてスライドを使いながら話されました。

最後の全体会ではそれぞれ各分科会の代表者が成果を発表した後、大会決議案を承認して散会となりました。今回交流会・大会に参加して強く感じたことは、参加者がみんな大変元気であったこと、HDで二〇年以上とかCAPD一六年を経過した人が活発に発言し活動していました。又、大会関係者が細部に亘って気配りをしていただき快適な大会であったと感じました。

2002年度

全腎協全国大会

全国腎臓病協議会
秋田県腎臓病協会
秋田県透析医療研究会



全腎協大会に参加して

下川 勉
(北光記念病院)

昨年(一九七〇年)に続き、二回目の参加である。透析歴七年目、透析治療を深く理解出来ないまま導入し、今、ようやく合併症の問題、人工腎臓は一部の補助であつてすべて自己管理である等々、少々知識を得るとなおさら不安に陥る時期である。又、一昨年、妻が急逝し、どん底に。これではいけないと奮起し、気力、体力のバロメーターにと又、今後の透析生活の糧にしようと参加した。今年(一九七一年)は秋田市での開催である。参加者、〇〇〇名。ご来賓三〇名におよんだ。秋田県腎友会川尻会長の歓迎の挨拶があり、全腎協油井会長より、新世紀を迎え、私達の医療や生



ツアー参加者と共に (後列左が下川氏)

活にかかわる様々な厳しい問題が、一挙に噴出した事、診療報酬の引下げは今後の医療の量と質に大きな変化をもたらす旨のお話しがあつた。続いて、透析歴二五年、二八年、三二年の女性患者三人より「前進あるのみ、行動する事で就職の道が開けた」シヤントト

ラブル二回以上、幾多の合併症も個性であり、生活の一部である「導入後、三二年間生き続けている、社会と共生しようとする行動」等々の訴えがあつた。新潟市信楽園病院、鈴木正司先生より「安定した透析と自己管理」についての記念公園があつた。(一)診療報酬と医療保険制度の改善、後退、(二)年金制度の未来、(三)介護保障、(四)糖尿病性腎症、(五)患者の社会参加、就労、(六)全腎協の社会的役割、(七)全腎協の強化、(八)事務局体制の強化、(九)患者運動の強化などの講演があり、七分科会で熱心に討議がなされた。総括の発表もなされたが、某県の医師は「充分なる栄養」「充分なる透析」をモットーにしているが、透析時間制の廃止により、治療内容の低下に結びつく可能性の心配、又、医療医学の進展があつても、医療保険や行政

のシバリがあつて、即、導入が出来なくなるのではないか。患者会も一致団結して行動をしてほしいとの旨があつた。大会決議案も、診療報酬マイナスイ改定による、外来透析の食事提供廃止、時間制の廃止、検査科の引下げ等々に再改定を求めて、多くの国民と連携をとつて行動してゆく事を確認して終了した。又、一五人ツアーによる旅行会を行った。以下見物、見学先列記。「秋田県立美術館」「ねぶり流し錦にて竿燈まつりの実演」「寒風山展望台」「なまはげの実演」「入道崎」「角館の武家屋敷」「田沢湖」「小岩井農場にてドックシヨ」「宮沢賢治記念館」「泊、男鹿温泉。盛岡つなぎ温泉。懇親会ではカラオケ有りダンス有りで大いに盛り上つた。来年度開催の山口県下の関の再会を誓い、一年間元気で頑張る事をそれぞれ確認し合った。

第一回パークゴルフ開催!!

五月・九日(日)午前一〇時、王子パークゴルフ場で、本年第一回目のパークゴルフを行いました。昨夜からの雨が当分の朝七時過ぎまで降り開催があやぶまれた。私は朝六時より雨足(あまふし)を覗いていつ中止の判断をするかを考えていた。

八時には雨もあがり、これなら王子のコースなら大丈夫と車を走らせた。七人も集合(男二女四)、〇月に大会を予定しています。毎月楽しみましょうと挨拶し、二組でスタートした。雨のせいでお客様は我々チームだけ、貸切りでしているようでゆったりと出来た。ワイワイ、ガヤガヤ、そして大笑い、大きなゼスチャーで喜ぶ姿はとても透

析患者とは思えなかった。やっぱり青空の下で一時、病を忘れるのも良いなと思う。おりしも道腎協の総会で不参加の木谷会長には次回参加を期待して!!

(中村)



「事務局すずめ」の新しいしよ話

会員の皆さん、いかががお過ごしでしょうか。

新年度になり、お世話になった道腎協から新しい事務局へ移転して三カ月が経ち、狭いながらも楽しい我が家と事務局一同頑張っています。五月の総会には体調を崩して出席出来なかった鈴木会長も徐々に元気をとり戻し、回りの私達はひと安心しています。

新しい事務所では、月・水・金は木谷さん(勤医協中央病院)が留守番を引き受けてくださり、私が透祈帰りに交代するまで居てくれますし、火・木は今までどおり、事務局次長の吉田さんと私が居ますので皆さん気軽に顔を出してくださいね。

さてさて、近頃の事務局は……といいますが、一年前からお手伝いしてくれている吉田さんが持前前の明るさで事務局の仕事をしてくれています。皆さんご存知のように吉田さんはお口もよく動くけれど、手もよく動く、お返事もよく、何事にも一生懸命。たった一つ言わせてもらおうと少しばかりおつちよこちよい(?)。お金を持たずに買い物に行ってしまったら、一日三回も郵便局を往復する始末。時々理解不能で私は年の差を感じてしまします。それでも、皆さんにご迷惑をかけない、おつちよこちよいはご愛嬌!!

明るいのが何より、元気が何より、皆さんよろしくお願いしますね。

今回の新しいしよ話はこれくらいにして、またお会いしましょう。 <N>

悩んで、未来を明るく開こう

そうそう!
あるある!
同じだよ!
悩んでないで聞いてみよう!

はじめまして 道腎協青年部

愛称 「KINOHI」です

KINOHI (きのひ) : アイヌ語で腎臓を意味します

青年部活動内容

- ◆地域腎友会・道腎協の活動に協力する。
- ◆年2回の交流会を開催する。
- ◆その他目的を達成するための事業を行う。

随時メンバー募集中!!

※対象者：40歳代迄の各地方腎友会に所属されている方

お問い合わせ、お申し込みは…

北海道腎臓病患者連絡協議会

〒001-0017 北海道札幌市北区北17条西2丁目21-617
サザンアベニュー北大101

TEL/FAX (011)747-0217

青年部ホームページURL <http://members15.tsukaeru.net/dojinkyoo/>

投稿

時代おくれ



片桐 俊子
(清田泌尿器科)

時代おくれと言われそうだが、私

は手紙を書くのが好き、もちろん、いたたくのも。一年間に書く数はゆうに百を超える。

子供の頃、「あし長おじさん」の中で、主人公ジュディーがあし長おじさんにあてた手紙にひどく心ひかれた。彼女の素直でストレートな表現は、少々しかつめらしいと感じていた手紙の印象を塗りかえてくれ、いつの日か彼女のように自由に表現できたら、と願うようになった。

手紙の良さはいくつもあり、その最大のもの心をお届けられることだろう。いか

にして自分の心を伝えようかと、しばし沈思黙考、まとまったら、相手の顔を思い浮かべ、懸命にペンを走らせる。

面と向かって言えないことも、多少キザなことも、文章なら以外にサラリと流せたりする。心こめて書いた手紙なら、上手下手に係わらず、行間にも書き手の思いが溢れていて、読み手にもしみじみしたものが伝わるはずだ。

しかし、今はメールの時代らしい。送付料金は安い、辞典をひく手間がいらぬ、すぐ返事がもらえる。老若男女に支持されるのも納得できる。携帯電話はどんどん進化していき、さらに先には何が待っているのだろうか。メールはもう時代おくれ、と見向

きもされない未来が来るのかもしれない。

今、はやっていているものは、じきすたれることになっている。流行が入れかわるから、それに合わせて人は物を買

い、そういう人がいるから消費活動は活発になる。私たちはおどらされ、流行は常にくり返されている。

だから、今一番はやらないものが次のはやりになる。流行おくれと感じる物も、しばらくタンスの肥やしにしておくと、いつかひのめを見る日がきつと来る。

不安が広がる。生命は何よりも重いはずなのに、生命を守るべき医療のしくみが後退していく現状を、ただ見ているしか術がないのか。

「そういう時代だから仕方がない」と安易に受け入れていてはいけない。どんなに時代が変わろうと、変わっていないものがある。信じる心、愛する心、道徳心、善悪の判断、自然への畏敬の念など、不変の真理はいくつもあ

る。飾られたものに目を奪われず、自分と社会をしっかりと見つめ、時代に流されないことが大事である。

私は携帯電話もパソコンも車もお金も何もない。それで不便でも不幸でもない。便利であることが必ずしも文化的であるとは限らないし、利便さが生む副作用もある。のり

投稿



楽しく生きるには

今井 均

(札幌東クリニック)

ある。その真つただ中にあると見えないものが、視点を変えると良く見えてくる。

辞典をひき手紙をしたため、コンビニに頼らず弁当を

作り、道理に合わないことに腹を立て、無駄と寄り道をこよなく愛し、心ひそかに思い続ける。そんな時代おくれに私はなりたい。

私は、

この七月
で六九才
になる無

類の仕事大好き人間です。大した趣味はありませんが、旅行やドライブそして温泉入浴といったことが大好きです。

今は生花業の手伝いといったことをしておりますが、その前は雪印運輸に勤務し、三〇年近くサラリーマン生活を送っていました。サラリーマン時代は健康そのもので、働く事に生きがいと喜びを感じ、長時間になる労働も全く

苦になりませんでした。よく食べよく遊び、楽しい三〇年でした。昼食は弁当の他にラーメン等をとって食べ、仮眠を少しとってまた働くという毎日でした。年に二回実施される慰安旅行がとても楽しみです、旅先の夜の街を仲間と散策した事がとても楽しい思い出になっています。

家庭生活も貧乏ながら、子供達を連れて食事や遊びやドライブに行く等と、楽しい事が沢山ありました。子供が大きくなり、それぞれ独立した今は、婆さんと婆さんの友達

夫婦と年一回旅行するのが楽しみとなりました。今まで行った旅行の中で一番思い出に残っているのは、フェリーで小樽から新潟まで行き、その後車で金沢や能登半島などを回った石川県一周の旅です。二番目は陸中海岸の旅。三番目は津軽半島一周の旅でしょうか。これからも行ける範囲になりますが、色々な所に行ってみたいと思っています。

サラリーマン生活を送っていた昭和五四年の春の健康診断で高血圧と言われ、治療をしておりましたが、血圧もあまり安定しないまま、〇年程過ぎた頃、近くの泌尿器科病院で腎機能低下を指摘され、更に詳しく検査した結果、クレアチニン値五・五と診断されて、平成二年一月七日より透析を開始しました。透析を受けてみて、一番辛く感じたのは食事制限をされることで

した。今現在は週三回の透析を受けており、病院で指導を受けて以前より食事管理もできようになったと思います。が、透析に行くとき怒られることが時々あり、まだまだきちんとできていないのだと反省させられます。今後は食事管理をきちんと行い、データの悪い不良患者から卒業したいと思っています。

今はお陰様で週に三回透析する以外、健常者とほとんど変わらない生活を送っています。仕事も生花業の手伝いという事で、花の仕入から配達・販売と忙しく働いており、最後に好きなお風呂にゆっくり入って、一日の疲れを取るようになっています。

病気になるまではあまり考えもしなかった健康であることのありがたさを痛感し、これからは更に健康管理に気を

投稿

配りたいと思います。そして好きな旅行やドライブに行きたいと思います。

私は糖尿病で二度死に人工透析で蘇生した

松下 種記

(南一条病院)



私は四〇才で糖尿病検査で(+)反応を告げられ、糖尿病手帳を貰って仲良くつき合うことになりました。

月一回の尿検査を二年続けましたが(+)をくり返し何の変化もありませんでした。糖尿病なんてたいした病気ではないと軽く自己診断したことが、後に大事を招く要因となりました。糖尿病とは膵臓から分泌されるインスリンの作用不足と体の代謝に歪みを生じた病気で、正しい治療

皆さんもがんばりましょう。

を続けてさえいれば、健康な人と変わることなく、社会生活を送ることもできますが治療を怠りますと、全身の血管障害や、神経障害、感染症など合併症を併発することも解りました。

三年前から低血糖症状が予想されるので、キャラメルや飴を携行して、散歩に備えたこともありました。

平成一二年一月三日と五日の朝、トイレの前で倒れ、意識不明となりました。

これを発見した子供達は低血糖症状だと直感し、ぶどう糖をお湯でとがして、吞ませ

てくれたそうです。その後数分して、意識が戻りましたが、この時程、普段からの家庭教育や、指導の必要性を痛感したことはありませんでした。その後糖尿病専門病院を探して一週間入院して、各種検査の結果、糖尿病より、腎臓

病の治療が優先となり、南一条病院へ転送され現在に至っています。それから、二年が経過しましたが、最近は何もよく、ゲートボールや人工透析を友達として、仲良くつ

新幹事紹介



齊藤 栄子 (J R札幌鉄道病院)



木谷 憲男 (勤医協中央病院)



長谷川賢二 (北三条泌尿器科)



塚原 七生 (渡井医院)



杉本 和昌 (はまなす外科医院)



長沼 和代 (手稲溪仁会病院)

02年診療報酬改定のうち

腎疾患関係改定分

02. 4. 1

(旧) (改正)

●慢性維持透析の見直し

実施時間による評価を廃止し障害等により特別の対応等が必要な者に対する重点化

人工腎臓（1回につき）

1. 入院中の患者以外の患者（厚生労働大臣が定める場合を除く）

4時間未満	1,630点	
4時間以上5時間未満	2,110点	→ 1,960点
5時間以上	2,210点	

2. その他の場合

4時間未満	1,335点	
4時間以上5時間未満	1,770点	→ 1,590点
5時間以上	1,870点	

障害者加算の対象の見直し

→ 人工呼吸器を使用中の重症心不全者、妊娠中、以降の妊娠等を追加

●食事加算の廃止

入院中の患者以外の患者に対して、人工腎臓実施中に食事を提供した場合は、所定点数に63点を加算する

→ 削除

●慢性維持透析患者外来医学管理料

2,800点 → 2,670点

●移植用腎採取術（生体）

21,700点 → 22,800点

●同種腎移植術（生体）

74,800点 → 74,800点

●在宅自己腹膜灌流指導管理料（加算の見直し）

紫外線殺菌器または自動腹膜灌流装置を使用した場合は、所定点数にそれぞれ400点又は2,700点を加算する

→ ……所定点数にそれぞれ360点または2,500点を加算する

●人工腎臓用特定保険医療材料（回路を含む）

(1) ダイアライザー

① ホロファイバー型及び積層型

(膜面積 1.5㎡未満) (I)	3,010円	→ 2,920円
(1.5㎡未満) (II)	3,430円	→ 3,090円
(膜面積 1.5㎡以上) (I)	2,970円	→ 2,970円
(1.5㎡以上) (II)	3,530円	→ 3,190円

② 特定積層型

10,200円 → 9,720円

(2) ヘモフィルター

8,530円 → 8,530円

(3) 吸着型血液浄化器

① 腎補助用

56,500円 → 48,300円

② β²MG除去用

25,400円 → 25,400円

(4) 持続緩徐式血液濾過器

28,100円 → 28,100円

◆だまっつてはいられない…

診療報酬改悪と抗議の声を!

四月からの診療報酬改定に

よって、各々の施設でどのような変化があったのかを、

(1) 食事代の負担について、また食事を摂らなくなった人がいるのか

(2) 透析時間の一本化によっての変化について

以上二項目についての聞きとり調査を行いました。

○A施設の場合

(1) 八四〇円です。二割弱の患者さんが食事を摂らなくなりました。

(2) 月に一回あった、HD後の検査が無くなりました。レントゲンが、三カ月に一度に減りました。

○B施設の場合

(1) 六三〇円です。食事を摂っている人や、また、全く摂らない人も見うけられます。

(2) 透析時間の変化、変更はありませんが、毎月実施されていた心電図検査が四カ月に一度になりました。

○C施設の場合

(1) 六〇〇円です。食事を摂らなくなった人も若干いる様です。

(2) 今のところありません

○D施設の場合

(1) 四五〇円です。食事の内容容は変わりません。食事を摂らなくなった人は少数です。

(2) 変化はありません

○E施設の場合

(1) 五〇〇円です。食事を摂らなくなった人はいませんが、今まで治療食ということなので内容にも我慢していたが、これからは有料の一般食ということなら、食事内容にも不満が出てきています。

(2) 変化はありません。時間等の融通は聞いてもらっています。

○F施設の場合

(1) 六二〇円です。食事を摂らなくなった人は、数十名程います。今までより随分と悪くなりました。病院の説明によると今までは病院が一部負担をしていたと事でした。

(2) ありません。

○G施設の場合

(1) 三八〇円です。食事内容は変わりなく、不満は出てないようですが二〇、二〇名

は摂らない人がいるようです。

(2) ありません。

○H施設の場合

(1) 五〇〇円です。半数近くが摂らなくなりました。

(2) 当施設では以前から六〇%が三時間透析であるため不満の声はありません。人、五時間を希望する患者さんがあり、他の施設へ転院いたしました。

○I施設の場合

(1) 四八〇円です。治療の環境なのだからと不満は多く出ています。また、二日前に食券を買い提出しなければならなく大変不便です。食べなくなった人が増えてきました。

(2) 今のところありません。

○J施設の場合

(1) 五〇〇円です。摂らなくなった人も出てきました。この食事代の負担で腎友会

の入会率が減少しつつあります。

(2) 変化はありません。

○ K施設の場合

(1) 六三〇円です。食事代が

決定する前に、院長より相談があり、施設側としても代金を取らざるをえないので、アンケートをとり決定しましたが、食事内容の質を落とさないように要望しました。昼間は半数、夜間はほぼ全員が食事を摂っています。

(2) 変化はありません。

○ L施設の場合

(1) 五七〇円です。外注となり

内容は以前より悪くなりました。弁当持参や、摂らなくなった人が多くなりました。

(2) 今まで通りです。

○ M施設の場合

(1) 四五〇円です。二、三名

は摂らなくなりました。

(2) 変化ありません。

○ N施設の場合

(1) 六三〇円です。食事内容

は悪くなりました。約半数が摂らなくなりました。

○ O施設の場合

(1) 六〇〇キロカロリーの人

は五〇〇円で、七〇〇キロカロリーの人は六〇〇円と二段階となりました。食事が温かく出るようになりました。内容も良くなりました。支払いは二週に一度の予約前

払い制なので面倒だという意見もあります。食事を摂らなくなった人もいます。

(2) 変化はありません。

○ P施設の場合

(1) 五二五円です。半数近く

が摂らなくなり、また、厨房の職員がリストラされました。患者会を退会する人が出てきました。

(2) 今のところありません。

○ Q施設の場合

(1) 六三〇円です。もう少し

安く(五〇〇円以内)してほしい。また、食事代が有料になるという事に対して不満が多く出ている。

(2) 別にあります。

○ R施設の場合

(1) 三〇〇円です。内容はか

えって良くなり、皆喜んでます。全員今までどおり、摂っています。

(2) 月二回の血液検査が、

一回に減り不安を感じています。

○ S施設の場合

(1) 五三〇円です。夜は外注

弁当で六五〇円です。摂らなくなった人も出てきました。月額にすれば六、七千円となり、低所得者には、大きな負担となり、生活を

圧迫することになるので、

今まで通りの保険適用をしてほしい。

(2) ありません。

○ T施設の場合

(1) 食事の負担はありません。全員、摂っています。

(2) 変化はありません。施設のご好意に感謝していただきます。いつまでかは解らないが、現在は今まで通りです。

○ U施設の場合

(1) 六六〇円です。摂らな

くなった人もいます。患者が少数ですので、人でもやめられると困ると先生は言っています。

(2) 変化はありません。

札幌市医師会

協力しましょう

◎道腎協が展開している

診療報酬改悪に対する

抗議のハガキ運動にご

協力を!!(詳しくは「ど

うじん八九号、二ペー

ジ」をご覧ください)

(第五九号、食事療法の知識)

(1) のつづき

たんぱく質は適切に

腎機能が低下すると、

たんぱく質の代謝産物、すなわち尿素やクレアチニンなど窒素を含んだ老廃物が排泄されないため、体内にたまってきます。老廃物の蓄積を抑えるために、たんぱく質は制限したほうがよいのですが、透析中に失われるアミノ酸の補充、貧血の予防、体力を維持するために一定量のたんぱく質が必要不可欠です。良質なたんぱく質を必要量とりましょう。

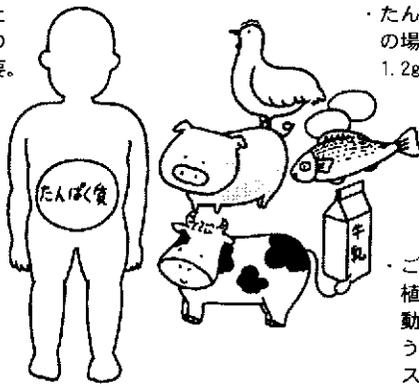
良質なたんぱく質とは、私達の体に欠くことので

きないアミノ酸をバランスよく含んでいるたんぱく質です。鶏卵、レバー、肉、魚、牛乳などは良質のたんぱく源です。

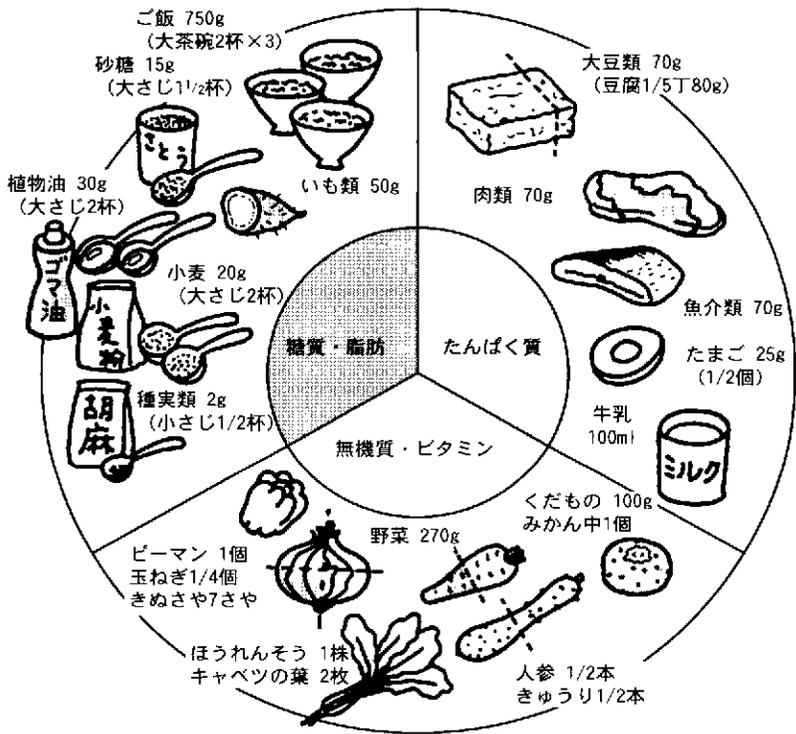
たんぱく質は週3回透析の場合、体重1kg当たり1.2g。

ご飯やパンに含まれる植物性たんぱく質より動物性タンパク質のほうがアミノ酸をバランスよく含んでいる。

体力を維持するためには、一定量のたんぱく質が必要。



● 1日に必要な栄養の目安 (体重50kgの場合)



エネルギーは十分に

消費するエネルギーよりも多くのエネルギーを食物からとらないと、体をつくってやるたんぱく質がエネルギー補給のために分解されてしまい

ます。すると代謝産物である尿素やクレアチニン、カリウムなどの増加をうながしてしまいます。したがって、エネルギーは十分とる必要があります。日に必要なエネルギーは、体重1kg当たり三五キ

ロカロリーが標準です。

エネルギーが不足すると、抵抗力が低下したり、貧血や高カリウム血症をおこしやすくなります。

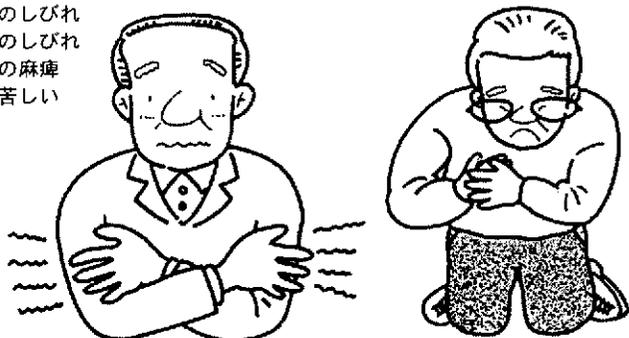
エネルギーの補給には植物性脂肪が望ましいのですが、脂っこいものが苦手な人は糖質を上手にとって補給しましょう。

カリウムはとりすぎない

カリウムは細胞の働き、血液の酸性度などに関係があります。血中カリウムが高くなると、脈が乱れ、心臓が止まることもありますので大変危険です。透析を受けている方ではカリウムは腎臓から排泄されないため、血中カリウムが上昇しやすくなります。カリウムを増やさないためには力

●高カリウム血症の前兆

- ・口唇のしびれ
- ・手足のしびれ
- ・手足の麻痺
- ・胸が苦しい



リウムをとりすぎないことが大切です。カリウムは牛野菜や果実に多く含まれています。野菜は煮る、ゆでる、炒めるなど調理の工夫で減らすことができます。

高カリウム血症による心臓

障害は、透析予定日の早朝や、その前日におこります。四肢の麻痺や筋肉がピクピクするようなけいれんは、高カリウム血症の前兆かもしれません。

リンのとりすぎに注意

(血中のカルシウム濃度)×(血中のリン濃度) ー一定 という法則があります。そのためリン濃度が高くなると、カルシウム濃度が低く抑えられ骨の変化をもたらすようになります。しかし、リンはほとんどの食品に含まれているので、リンを避けることは大変困難です。たとえば、牛乳は良質のたんぱく質を多く含む食品ですが、反面、リンも非常に多く含んでいます。低リン食を心がけることが大切です。

●週3回透析を受けている方の食事療法の原則

水分	透析間の体重増加は体重(ドライウエイト)の5%(50kgの人は2.5kg)以内に抑える。
塩分	1日5~8g以内。
たんぱく質	体重1kg当たり1.0~1.2gで良質なものを。
エネルギー	体重1kg当たり30~35kcal エネルギー不足にならないようにする。
カリウム	1日1500mg以下。とりすぎないこと。高カリウム血症のある場合は厳しく制限をする。
リン	1日700mg以下。とりすぎないこと。高リン血症のある場合は厳しく制限をする。

●低リン食の効果

腎性骨異常栄養症の防止
二次性副甲状腺機能亢進症の防止
異所性石灰化の予防



たえ子先生の 料理手帳

— その一 —

札幌北クリニックス
栄養科々長
管理栄養士

佐藤 妙子

秋刀魚のかば焼き（二人分）

◆材料

秋刀魚	80g	・たれ
小麦粉	少々	減塩正油
揚げ油	5g	だし汁
紅生姜	10g	酒味
白胡椒	少々	酒味
大葉	1枚	酒味

減塩正油
だし汁
酒味

8g
適宜
3g

◆栄養量

エネルギー	388kcal
たんぱく	16g
カルシウム	30mg
リン	149mg
カリウム	197mg
塩分	0.8g

◆作り方

秋刀魚は、頭と尾を取り、腹わたを出して中骨を取って腹開きか三枚おろしにして、酒を少々振つておきます。次にたれを合わせておきます。

魚に、小麦粉をまぶして、油で揚げ、たれを少し煮詰めて揚げた魚にからめます。

大葉を敷き、白胡椒を振り、好みで紅生姜を添えて出来上ります。

秋刀魚は、魚の中でもリンやカリウムの含有量の少ない食品です。DHA・EPA等、動脈硬化を防ぐとされる脂肪酸を多く含み、たんぱく質の栄養価も高い食品です。工夫して食べるようにしてしまおう。

じゃがいもの鶏そぼろ煮（二人分）

◆材料

じゃがいも	60g	酒
鶏ひき肉	15g	砂糖
油	3g	だし汁
生姜汁	少々	酒
正油	3g	砂糖
塩	0.3g	だし汁

酒
砂糖
だし汁

3g
1g
適宜

◆栄養量

エネルギー	116kcal
たんぱく	4.2g
カルシウム	11mg
リン	14mg
カリウム	321mg

◆作り方

いもは一口大に切り、一度茹で、軟かくなったら水切りしておく。鶏ひき肉と調味料で味付けし、いもを加えて味をからめる。

皆さん、日頃お料理の献立を考えるのに頭を悩ませていることと思います。

今回からこのコーナーを連載していきたいと思っております。ご参考にしていただければと思います。

【訃報】

渡井医院の幹事として、また平成二、三年度より道腎協幹事として、会活動にご尽力を戴いた山本光雄氏が、四月一八日に透析歴二五年の人生に幕をおろされました。ここに生前のご活躍をしのび心よりご冥福をお祈り申し上げます。



故山本 光雄氏

青い鳥ハガキをいただきました。大切に使用させていただきます。ご協力ありがとうございました。
(敬称を略させていただきます)

●清田泌尿器科

堀江 利幸

●勤医協中央病院

木谷 憲男 宇野 早苗

●稲積公園駅前クリニック

松永 瞳 沢田 英子

河野 信江 池田 朋子

佐藤 京子 坂本ウメ子

清水 フミ 木村 敬

達見しま子 他一名

●光星泌尿器科医院

木村美枝子 石井 典子

堀井 和彦 佐藤 功

●南一条病院

小川 初枝

●札幌北クリニック

権平 裕二 鈴木 啓三

久原 幸江 正岡 正由

村本 徳雄

●仁愛会外科クリニック

中崎美津子 阿部 拓也

榊田 郁子 美馬 文江

佐々木賀也子 成田 道子

岩部 浩子 市川留之助

●仁檢会病院

望月 悦子

●H・Nクリニック

佐藤 稔 太田 則正

塚本 容三 高山 相市

●萬田記念病院

青山 義明 清水 久恵

林 スミ 越智 栄子

大築 恵子 八木 亀一

皆川 章 高橋 宣昭

長谷部愛松 鹿部 明志

上田富美子 掛端 トミ

外山 敏男 松下 諲子

村瀬 文子 福田加世子

伊原 勝雄 森 陽一

藪内 豊 菅原 京子

門田 一義 森田 紀子

赤川 良介 深尾 孝子

工藤美智子 金谷 光子

梶川 玲子 佐藤 章

吉田季代乃

〈事務局活動経過報告〉

- 3月7日 “ぜんじんきょう”190号発送
道腎協アンケート発送
- 3月14日 “どうじん”PR版発送
- 3月17日 第3回幹事会
(北区民センター37名)
- 3月28日 “生きる仲間”59号発送
- 4月4日 平成13年度会計監査(岩館幹事)
会費納入願い発送
“生きる仲間”編集委員会(4名)
- 4月13日 事務局移転
- 4月18日 第27回定期総会案内発送
事務局移転通知発送
道腎協総会ポスター発送
- 4月25日 “生きる仲間”総会議案書発送
- 4月27日 総会打合せ
(北区民センター6名)
- 4月30日 “どうじん議案書”発送
- 5月9日 “ぜんじんきょう”191号発送
- 5月12日 平成14年度第27回定期総会
(北区民センター42名)
- 5月17日 国会請願署名用紙発送
- 5月23日 事務局打合せ
事務局長市役所訪問
- 6月20日 “どうじん”89号発送
事務局打合せ
- 6月25日 幹事会案内・幹事会打合せ案内
発送

■事務局だより■

◎難病連への協力事業として毎年取り組んでおります大通ピアガーデン利用券の販売(7月31日まで)にご協力願います。

◎恒例の炊事遠足を8月25日(日)に予定しております。

詳細はポスター等でお知らせ致しますので、大勢の方のご参加をお待ちしております。

◎ご寄附を頂戴しております。

- ・石田 一雄様
(新札幌循環器)より
4,000円
- ・久原 幸江様
(札幌北クリニック)より
3,000円
- ・北野 スミ様
(いのけ医院)より
10,000円

ありがとうございました。大切に会活動に役立たせていただきます。

編集後記

四月から診療報酬の改定により、食事代が有料化され、施設によってはレントゲンや心電図、血液検査の回数も減らされてきています。

いわゆる「薬づけ、検査づけの医療」を批判することが、本来に必要とされる医療をも奪い、もはや手段としての改革ではなく、「改革すること」のみが目的化され、そしてその痛みだけが弱者を直撃し、切り捨てられていくことに強い憤りを覚えます。

◆毎年行なわれている国会請願署名運動は私達の最も大切な活動の柱であります。

漫然とするのではなく、一人ひとりが主体的に取り組むことによつて、それは大きな武器になります。

これ以上の福祉の後退を許さないために、心を一つに頑張らしましょう。
(功)

(購読料は会費に含む)
頒価150円