

# HSK

# 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444号

◎発行日 平成21年3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2番38  
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

## 札幌腎臓病患者友の会

# 第 87号

### 腹膜透析と腎移植の現状をさぐる！ 親睦ボウリング大会〈スッキリ快適〉



恒例ボウリング大会(テイセンボウルにて)

撮影 庄野一男

# 一声かけて入会のおさそいを

札幌腎臓病患者友の会 会長 鈴木 啓三



会員の皆様こんにちは。例年になく暖かった冬もやっと終わりを告げ、春の息吹が感じられる季節になってきました。お変わりなく闘病生活を送られていることと思います。

昨年は、バブル崩壊以来つづく、底の見えない不況を脱し、やっと景気が良くなってきた、その波が北海道にも来ようかという時、アメリカのサブプライムローンが引き金になり、リーマンブラザーズ証券の破綻をきっかけに、百年に一度といわれる不況が全世界に広がってきて、日本の企業も軒並みに赤字決算になり、多くの失業者を生み出し大きな社会問題になってきており、私たち透析患者においても、失業者が増えたり就職がなおいっそう難しくなったりなど、少なからず影響が出てくるものと思います。

私にとっても最悪の一年で、約四年前に作成したグラフ（人工血管）のシャントが、昨年一二月に突然感染を起こし、新しいグラフトを入れる手術のために五〇日も入院してしまいました。体力を回復するのにしばらくかかりました。

札幌腎友会では、今年度は五月の定期総会で一〇年の長期透析者の表彰を実施し、六月にはいね泌尿器科の勉強会において、私が昨年度の講演会で話した内容を再度話して患者会の重要性を訴えてきました。九月には北海道臨床工学技士会顧問の真下泰先生を講師に迎えて医療講演会を開催し、腎臓提供者拡大街頭キャンペーンを実施し、今年二月には親睦ボウリング大会を実施し、国会請願署名募金運動にも取り組み、資金造成活動として北海道難病連のピアガーデン利用券販売と、正月飾り販売にも取り組み、機関紙『生きる仲間』も三回発行して、当初計画された活動は、会員の皆様のご協力と役員の皆様の努力により、滞りなく実施されたことに感謝し、お礼を申し上げます。

また、長年役員として活躍していた、堀井副会長と柳沼事務局長のご逝去されまして、腎友会の強力な戦力を失い、大変残念に思うと



2008. 9. 28 第28回 腎提供キャンペーン（大通西3丁目）

ともに心よりご冥福をお祈り申し上げます。

さて、私は一九七〇年（昭和四五年）に岩見沢市立総合病院で透析を導入して、今年の五月で満三九年になります。その頃透析は人工腎臓といわれていて、ダイヤライザーはスタンダードキール型といって、毎回スタッフが透析膜を張り替える、今とは比べ物にならないほど透析効率が悪い機器で、一回八時間もかかり週二回しか透析してくれなかったので、食事や水分の管理は大変厳しく、体重が2kg以上増えると一回の透析では除水しきれませんでした。



2008. 9. 7 医療講演会（北区民センター）

そして、当時は透析を導入しても二〜三年しか生きられないといわれていて、実際に透析患者は次々に亡くなっていききました。さらに医療費も一ヶ月に二〇〜三〇万円もかかりましたので、父母はもちろん兄弟や親戚にまで多大な金銭の負担をかけました。

現在私たち透析患者は、他の病気の患者さんに比べて大変恵まれています。外来透析だけなら、ほとんどの透析患者は食事代と少額の医療費自己負担ですし、ほかの医療機関に受診しても、少ない医療費ですみます。障害年金を受給している患者さんも多くいると思いますし、税金の控除やJR・航空運賃・有料道路料金なども割引され、札幌市の障害者交通費助成制度も利用でき、その他数々の医療・福祉制度の恩恵を受けています。

このような制度は、先輩患者たちが全国腎臓病協議会（全腎協）という組織をつくり、国会請願活動や各省庁要望など、患者自らが活動して、医療関係者・行政関係者、国会議員など多くの方々のご協力によりかちとったものです。

しかし、この私たちの恵まれた医療・福祉制度は、国と地方自治体の財政難により切り下げられてきており、私たち透析患者にも医療費自己負担の波が押し寄せてきております。

札幌市においても、平成一九年一〇月に出された札幌市の行財政改革の中で、心身障害者に対する交通費助成制度見直しで、福祉乗車パスを廃止して、福祉割引ウィズユーカードを二四、〇〇〇円分にしたたり、福祉タクシー利用券・自動車燃料券も二四、〇〇〇円分にする案が提示されました。

札幌腎友会ではすぐに上田市長に対して要望書を提出したり、札幌市障がい福祉課との話し合いなどの反対活動を始め、平成二〇年四月には、札幌市在住の会員に呼びかけて、心身障害者に対する交通費助成制度見直し反対の、多くの陳情署名を集め、五月一日に札幌市議会議長宛に陳情書を提出しました。この陳情書は厚生委員会に審議され、継続審議になりましたが、結果として平成二二年度からの実施は見送りになり、透析患者の通院費用に関しては考慮して



2009. 2. 22 ボウリング大会（テイセンボウル）

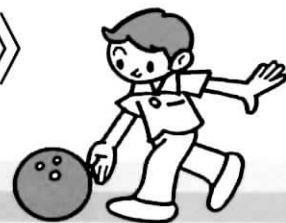
もらえることになりました。

今、私たち透析患者は自分自身のためだけでなく、今後不幸にして透析導入する人たちが、医療費や生活の心配をしないですむように、現在の恵まれた医療・福祉制度を守る運動を、患者一丸となつてすすめていきたいと思います。

そのためにも、会員数の多さが大きな力になりますが、札幌腎友会の会員数はこの数年減り続けています。皆様のまわりの患者さんの中に、まだ会員になっていない方がいましたら、ぜひ入会していただきたいと思います。

# 親睦ボウリング大会

## 《ストレス解消の1日》



一年ぶりのボウリングを楽しんできました。

総勢四名の参加でした。この中にはボウリングをする者、観戦のみで参加した人もあり、一レーンが三名のグループだった為、ローテーションの早いこと……

暢気に構えていられず、アツという間にゲームが終了。それでも各レーンごとに、さまざまなパフォーマンスが繰り広げられ、あちこちで、拍手やハイタッチの嵐で、応援している人たちも巻き込んでの楽しいボウリング大会でした。

それにしても玉を転がすだけのスポーツなのに、フールラインからピンまでが約一八メートル。野球のピッチャーズプレートからホームベースまでとほぼ同じなんですから。

ましてや幅一メートルしかないのに、ピン一〇本すべてを倒すのは、簡単なことじゃない！でも、ボウリングはさほど運動量はないけど、重いボールを持ってリズムミカルな運動を繰り返すことにより足、腰の筋肉や骨を強くして、バランス感覚、リズム感を養うことができ、血行促進やストレス解消にもつながり、健康増進の為に、時々、家族や仲間と楽しむこともいいかもしれないです。普段着でもいいし、それにオールシーズン、エアコンですッキリ快適で、冬場の体力づくりにおすすめのスポーツです。



ガンバレ星野先生（星野泌尿器科医院）

返すことにより足、腰の筋肉や骨を強くして、バランス感覚、リズム感を養うことができ、血行促進やストレス解消にもつながり、健康増進の為に、時々、家族や仲間と楽しむこともいいかもしれないです。普段着でもいいし、それにオールシーズン、エアコンですッキリ快適で、冬場の体力づくりにおすすめのスポーツです。

（報告 齋藤 好子）  
（星野泌尿器科医院）



優勝 齋藤 好子  
（星野泌尿器科）

準優勝 中谷 香奈  
（星野泌尿器科）

三位 須藤 晴美  
（星野泌尿器科）

四位 岸 本久美  
（星野泌尿器科）

五位 中山 千鶴子  
（札幌北クリニック）

ブービー賞 宮嶋 芙美枝  
（中野 医院）





おみごと!



福原副会長挨拶



景品も盛りだくさん



入賞者、左より準優勝大林さん、優勝筑後さん、準優勝齋藤さん



入賞者、左より準優勝中谷さん、優勝齋藤さん、3位須藤さん

- |                         |                         |                        |                         |                         |                             |                         |                          |                         |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|
| ブーイ賞<br>宮嶋 真<br>(中野 医院) | 一五位<br>福原 秀貴<br>(中野 医院) | 一〇位<br>竹内 道雄<br>(腎移植者) | 七位<br>高橋 智行<br>(星野泌尿器科) | 五位<br>坂 孝光<br>(札幌南一条病院) | 四位<br>外崎 優貴<br>(篠路ほまなクリニック) | 準優勝<br>大林 均<br>(星野泌尿器科) | 準優勝<br>齋藤 正隆<br>(星野泌尿器科) | 優勝<br>筑後 孝司<br>(星野泌尿器科) |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|



# 平成20年度 国会請願署名募金結果報告

◎平成21年1月31日現在

全腎協「腎疾患総合対策」の早期確立を要望する国会請願署名募金及び日本難病・疾病団体協議会(略称、JPA)の「難病、長期慢性疾患、小児慢性疾患の総合対策」を求める国会請願署名・募金にご協力ありがとうございました。

施設名	全 腎 協				J P A			
	署 名 数		募 金 額		署 名 数		募 金 額	
	19年度	20年度	19年度	20年度	19年度	20年度	19年度	20年度
石川泌尿器科	319	441	11,000	10,000	314	391	0	0
稻積公園駅前クリニック	300	488	17,000	17,500	260	389	3,000	4,000
いのけ医院	170	140	0	0	170	140	0	0
H・N・メディック	283	239	16,200	1,000	255	206	800	5,500
H・N・メディックさっぽろ東	86	104	4,500	1,000	86	104	0	0
N T T 東日本札幌病院	113	116	14,000	19,000	80	116	1,000	0
小笠原クリニック付属外来プラザ	36	63	7,500	3,200	27	61	1,000	1,000
兼古循環器クリニック	0	0	0	0	4	0	0	0
勤医協中央病院	422	370	26,200	29,400	342	322	4,200	1,000
クボタ泌尿器科クリニック	34	30	1,000	1,000	35	30	0	0
クリニック198札幌	0	142	0	8,000	0	133	0	0
KKR札幌医療センター	30	25	4,000	13,000	30	0	0	0
光星泌尿器科医院	75	54	4,000	2,700	74	54	0	0
五輪橋内科病院	289	193	25,500	22,000	272	211	7,500	0
坂泌尿器科病院	78	90	3,000	4,000	80	90	0	0
札幌北クリニック	700	692	57,569	54,100	657	601	5,000	918
札幌厚生病院	0	0	0	0	0	0	0	0
札幌センチュリー病院	113	86	8,000	6,000	110	84	0	1,000
札幌セントラルクリニック	131	130	4,000	2,500	131	130	0	0
札幌中央病院	10	31	0	0	7	20	0	0
札幌東クリニック	484	331	20,000	13,000	422	311	10,000	5,000
札幌北楡病院	616	728	31,600	28,800	510	717	4,000	3,300
札幌南一条病院	801	629	40,900	32,400	749	443	1,500	0
三樹会病院	320	296	6,326	7,000	320	310	372	0
J R 札幌鉄道病院	190	180	5,500	4,500	190	180	500	500

施設名	全 腎 協				J P A			
	署名数		募金額		署名数		募金額	
	19年度	20年度	19年度	20年度	19年度	20年度	19年度	20年度
篠路はまなすクリニック	145	244	14,600	15,250	135	226	0	0
しらかば泌尿器科クリニック	110	109	2,000	3,000	110	109	0	0
市立札幌病院	210	200	15,500	12,000	200	200	2,000	1,000
新札幌循環器病院	10	0	7,000	0	10	0	0	0
仁楡会病院	286	253	12,000	18,300	270	216	0	1,800
澄腎クリニック	586	616	19,000	21,000	566	606	1,000	0
桑園中央病院	230	59	0	1,000	229	49	0	0
田島クリニック	370	475	5,600	11,600	360	475	2,500	1,400
手稲ネフロクリニック	410	424	20,500	10,000	384	359	2,500	0
ていね泌尿器科	625	746	25,450	18,133	614	670	7,700	4,650
中野医院	180	151	5,500	7,500	180	121	2,000	3,000
新井田医院	390	350	11,000	10,000	390	350	0	0
東苗穂病院	53	7	2,000	0	52	7	0	0
広田医院	40	30	1,000	1,500	40	30	0	0
福住泌尿器科クリニック	145	150	10,000	12,000	145	150	4,000	0
保坂内科クリニック	127	180	9,000	9,000	107	170	0	1,000
星野泌尿器科	297	197	7,500	13,000	294	197	500	10,000
北光記念病院	200	128	5,000	5,000	110	88	0	0
萬田記念病院	51	37	0	0	41	37	0	0
宮の沢泌尿器科クリニック	30	23	2,000	2,000	31	23	0	0
宮の森記念病院	373	360	13,040	16,000	309	320	0	0
もなみクリニック	103	40	4,000	7,000	100	40	1,000	0
山本医院	0	0	0	0	0	0	0	0
ゆうあいクリニック	20	28	1,000	2,000	20	28	0	0
石狩病院	169	46	9,300	0	124	46	200	0
H・N・メディック北広島	179	236	13,000	11,000	189	226	0	0
はまなす医院	40	25	0	7,000	40	24	0	0
恵み野病院	20	2	5,000	0	20	2	0	0
恵庭クリニック	30	50	0	0	30	50	0	0
個人会員	184	325	23,000	28,000	184	300	1,000	1,000
その他	67	31	0	0	13	28	0	0
合計	11,280	11,120	550,785	521,383	10,422	10,190	63,272	46,068

札幌腎友会配分金（全腎協募金65%）338,899円、J P A配分金なし  
今年度の全腎協国会請願は3月27日に行われる予定です。

# 国会請願活動の 意味あいとその流れ

札幌腎友会運営委員・道腎協会計・全腎協理事 三上留美子

全国の透析患者が二七万五〇〇〇人（二〇〇七年末）にもなりその治療に多大な予算を必要としています。

増大続ける患者の内糖尿病性腎症が最も多くを占めていて、成人の四人に一人が糖尿病予備軍と言われています。

対策としては、早期発見と早期治療が何より大切となりますが、今回の総合対策の早期確立についての国会請願がどのような流れで行われているか解説してもらいました。

（編集部）

平成二二年三月二六日(木)第三八次国会請願が行われます。

会員の皆様は国会請願と言っても「よくわからない」「ただ署名をしているだけ」との声も聞かれ署名はどうして、そしてどうなるかをお知らせしたいと思います。

(社)全国腎臓病患者会（略称全腎協）が一九七一年に結成されました。

その時代は「金の切れ目が命の切れ目」という時代であり、その当時の請願内容は「人工腎臓の増設と国家的保障、腎臓病患者の生命を守るための請願」

一、人工透析患者の治療費を全額国庫負担にして下さい。

二、腎不全、人工透析患者を身障者と認定し、障害者手帳の交付を実施して下さい。

三、人工腎臓の増設、普及を国力で早急に実施して下さい。全国各地に腎センターを設立し、人工腎臓を必要とする患者にみあつて増設して下さい。

四、長期療養患者の治療費、生活の保障をして下さい。

五、医療制度、医療体制、社会保障を国の名で改善し、患者の立場で医療が受けられるようにして下さい。

であった。

全腎協が発足する一か月前、時の内田厚生大臣が国会で「人工腎

臓というものが腎疾患に対する最終的な、あるいはまた当面の一番いい方法のようにも思いません。

「要するに、最良の方法を研究する、それまでは人工腎臓治療を受けられれば救える人でも（当時でも毎年五〇〇〇人と言われていた）見殺しにするということであった」それから、わずか四カ月後全腎協が結成され、その後、同じ内田厚生大臣が「人工腎臓の台数は増やす」と全腎協に約束、事実、その後、厚生省が約一〇億円の腎不全対策費を予算要求しました。

「毎月一〇万円以上の出費を家族に強いてまで、生きる価値が私にあるのだろうか、いつそ死んでしまった方がみんなのためではないか」とある主婦は思いつめた表情で言った。腎臓がダメになった人々が人工腎臓で生きるには月二、三〇万円の費用がかかる。それが払えないばかりに死んで行く人が毎年五〇〇〇人この現実を知ってほしいという声が、全国の患者たちの間でわきあがり、厚生省（現厚生省）などに強く働きかけたというのが全腎協の一步でした。



# 国会請願の流れ

国会請願は私たち患者がどんな問題を抱えているか、どんな願いを持っているかをそのまま言葉にして、それを基に国会議員に働きかけることができます。

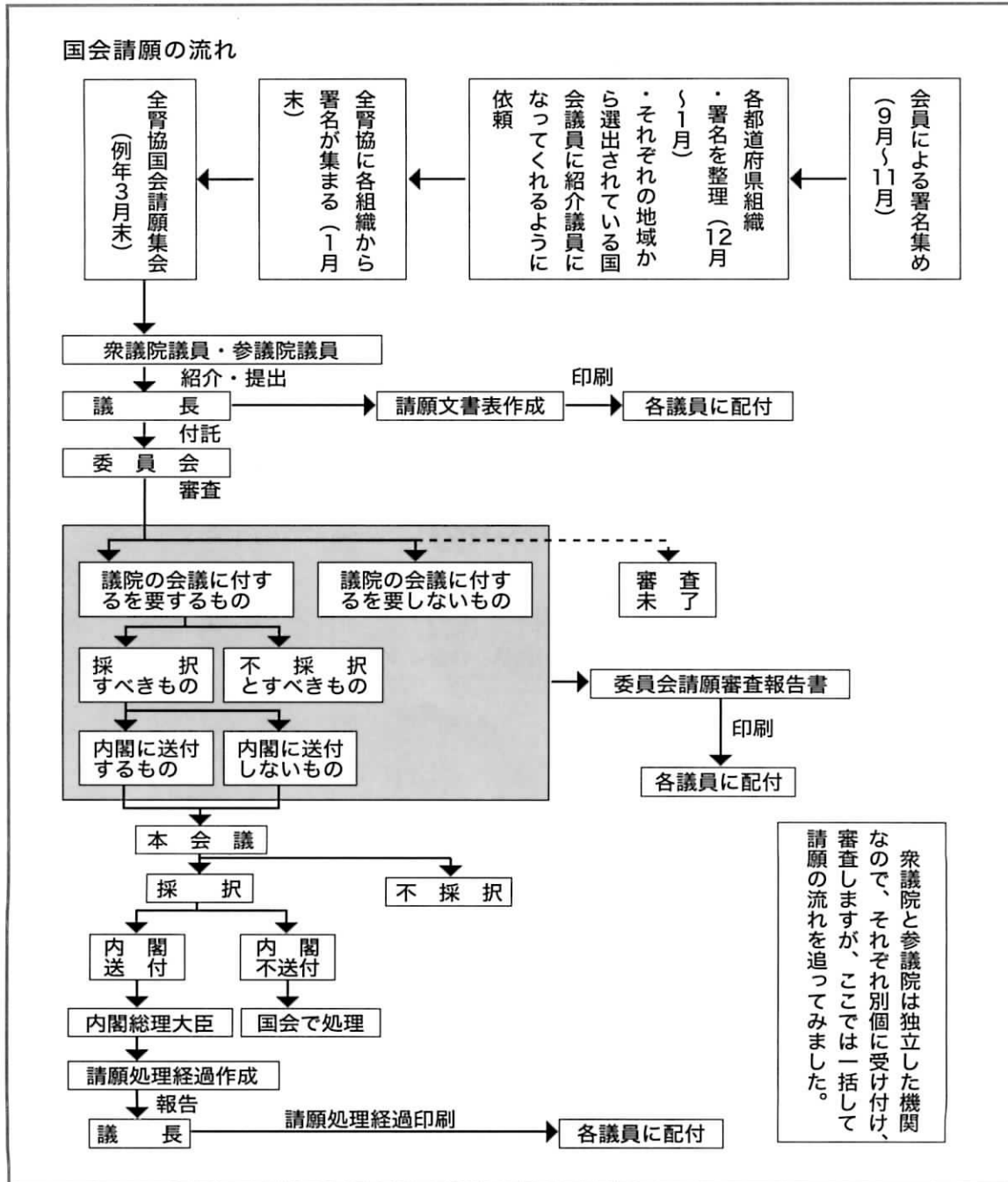
請願者の行動を受けて、国会議員が議長に請願を紹介・提出すると、請願文書表が作成・印刷され、各議員に配布されます。全腎協の請願の場合は厚生労働委員会に送られます。委員会で付託された請願について審査を行います。

そこで議員の本会議で採択すべきものかどうかを決定します。さらに採択すべき請願のうち、内閣に送付することを適当と認めるものについては、そのことを附記します。こうして送られてきた請願を、本会議では、採択するかどうかについて採決を行います。もちろん全ての請願を採択されるわけではなく、請願採択率は、全体の八・六%くらいです。こうして国民から請願を受けた機関は、「誠実にこれを処理しなければならぬ」と法律で決まっています。

ここで重要なことは、私たち患者が国会請願を通じて自分たちの問題を国にきちんとわかってもら

う努力を怠れば、制度の改悪はもつと進んでしまうということです。国会請願に集まった署名は、今

も昔も変わらず、私たち腎臓病患者の「命と暮らし」を支えているのです。



衆議院と参議院は独立した機関なので、それぞれ別個に受け付け、審査しますが、ここでは一括して請願の流れを追ってみました。

「目が見えなくなるか、耳が聞こえなくなるか、どちらを選びますか」こんな究極の選択を尋ねることがある。

ほとんどの人はどちらも嫌、そんなこと考えられないと答える。それでも、さらに迫ると、耳が聞こえなくなるほうかなと言ふ人の割合が多い。

福島智さんをご存知だろうか。彼は九歳で両目、一八歳で両耳の機能を失った。まったく耳が聞こえなくなったとき、はるか宇宙の彼方に一人放り出されたような孤独を感じた。そして一番悲しかったのは、人とコミュニケーションがとれなくなったことと言ふ。

その孤独から救ってくれたのはお母さんが生み出した指タイプ、指で福島さんの掌（てのひら）に点字をタイプする、この方法で彼は相手の言おうとすることが分かり、自分の思いは自ら話す。

彼は自分と同じ目と耳の二重ハンデを背負う子供達の光になろうと、教育者の道を志した。だが、門は固く閉ざされ、大学卒業後二〇くらいの大学に履歴

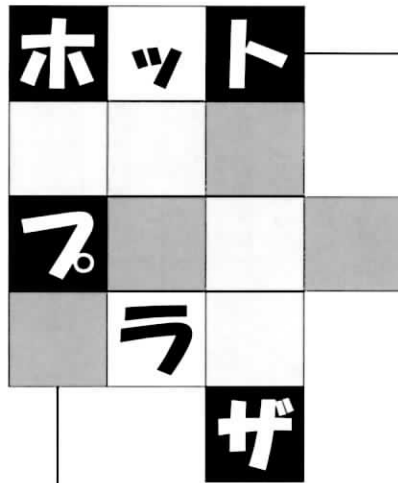
書を送ったが、金沢大学以外すべて返された。現在は東京大学教育学部の准教授をしている。福島さんにプロポーズされた奥様は、この人なら人生の羅針盤になってくれると感じた。確かに彼の前向きで力強く明るい

していたら、発病はしなかったはず。こうなったのは、己を厳しく律することができなかった自分に責任があるのであって、誰のせいでもない。悪いことを何もしていないのに、どうして病気になったのだ

## 神様からの

## 贈り物

片桐 俊子  
(保坂内科クリニック)



生き方はすべての人の羅針盤になりうる。

たかが慢性腎不全で人工透析しているくらいで、落ち込んでいたら、福島さんに笑われてしまいそうだ。生来の体質を熟慮し、食習慣と生活習慣を正しく

ろう、こんな病気になって、神様なんていやしない、と嘆く人がいる。

罰（バチ）あたりだけが病気になるといふのか。いいえ、神様は選び抜いた人にだけ、病気という贈り物をくださると思う

ようになった。

それは病気になって学ぶことが多かったからだ。痛みを知り、初めて人の痛みが分かった。周りの人の温かい心に触れ、素直に感謝する心が生まれた。健康であったとき、生きていたことの意味は何かと迷い続けていたが、生きている、それ自体に意味があることが見えてきた。

あたり前に目覚め、あたり前に食事し、あたり前に母と語り笑う、そんなあたり前で平凡なくり返しの中に、小さな幸せがたくさんつまっている。

神様は病気をのりこえられない人のところへは、病気をもらわしはしない。病気に負けず、病気と共に生き、悲しさの中から笑顔の花を、苦しさの中から希望の花を咲かせられる人にだけ、贈り物をくださる。

ひよつとすると、この笑顔と希望の花こそが、神様からの本当の贈り物なのかもしれない。春三月、泥にまみれながらも、それぞれの花を咲かそうじゃありませんか。

投稿

# 趣味を持つとう

いさお 勲  
 (仁榆会病院)  
 みま 美馬

暦も三月に入り、日に日に暖かくなり春の足音が近づいてくる今日この頃です。私の透析年数も六月で六年目になります。以前、私は北海道ばんえい競馬の予想新聞社を営んでおりました。八年前のある朝、排尿が真赤になりました。血尿に驚き慌てて病院へ向いまし



でもおかしていたのです。絶望で私は目の前が真っ暗になりました。紹介された仁榆会病院で手術をし、私の透析生活が始まりました。一生続くこの生活…何をしていても憂鬱で気分が晴れる日も無く、いつも落ち込んでいた私を、

先生や看護師さん、技士さんに温かく励まされ、とても力付けて下さいました。一年位、精神的に塞ぎ込んでいた時、このままでは自分自身が駄目になってしまう…。何が私の生きる力なのか…と、考えてみました。『そうだ、私には趣味の囲碁があるんだ』と。

た。検査の結果、腎臓癌と宣告され、血管も破裂していたので急遽、手術をすることになりました。左側を全摘しても右側があるから大丈夫、たと聞かされ、回復後は、仕事にも復帰することができました。

それから半年が経ち再び検査をしたところ、癌は残された右側ま

え、好きな事をゆつくりと楽しみ、心を穏やかにし、そういつた日々を過ごしたいと思いました。

物事を前向きに考えるようにし、楽しみながら勉強をしているうちに、五段で打っていた私も七段で打つようになっていました。囲碁は、私の父親が田舎三段の強い方

で毎日、碁を打つところを幼い頃から見て自然と覚えたのが始まりです。兄達とよく競い合ったりもしました。私が小学五年くらいで父親に勝った時は嬉しさのあまり興奮して眠れなかつた事を思い出します。現在は、老人クラブや碁会所、我家などに集まり皆さんと楽しいひと時を過ごしています。

新しい趣味の中に、妻と出掛けるパークゴルフがあります。お互いの健康のために、まず散歩程度に近くの公園へ通い詰めました。歩く距離も増え、朝から天気の良い日は、自然と笑顔になり、思いつきりボールを打つと気分爽快、体に元気がみなぎります。特に近郊でプレーした後は、ゆつくり温泉で体を癒します。すると、もう次は何処へ行こうかなと、考えたりして、それがまた楽しいものです。早く雪がとけて、春が来るのが待ち遠しいです。

新しい趣味を見つけるのは難しくても、昔夢中だった事にもう一度チャレンジしたり、ネガティブな考えをやめて前向きに生き、自分の大切な時間を思いっきり楽しむのも、良いのではないだろうか。



腎臓提供者拡大街頭  
キャンペーン中の筆者

## 慢性腎不全

# 腹膜透析 及び 腎移植という選択

札幌腎友会副会長  
道腎協事務局長

ちさき よしぞう  
菅木 芳三

平成一九年末の道内透析患者数は一三、四二九人（日本透析医学会調べ）です。その内、血液透析患者は一、二、九七八人（夜間透析一、四三八人、在宅血液透析五人を含む）です。これに対し腹膜透析患者は四五〇人で、透析患者数の五%にも満たない数です。

皆さんは透析導入時に、血液透析・腹膜透析・腎移植を理解されてから血液透析を導入しましたか。私は何の知識もありません。一五年前に血液透析を始めました。仕事をしていましたので夜間透析で五年ほど頑張っていたのですが何かと支障があり、腹膜透析が在宅で出来る事を知り腹膜透析に切り替えました。腹膜透析をしながら六年弱仕事を続けていましたが、腹膜を痛め、再度、血液透析に戻りました。そして昨年の夏に献腎移植を受け、現在に至っています。以上の私の経験から腹膜透析と腎移植について、最新の情報を交えながら述べさせていただきます。

## 1 腹膜透析(PD)

腹膜透析は、お腹の中に透析液

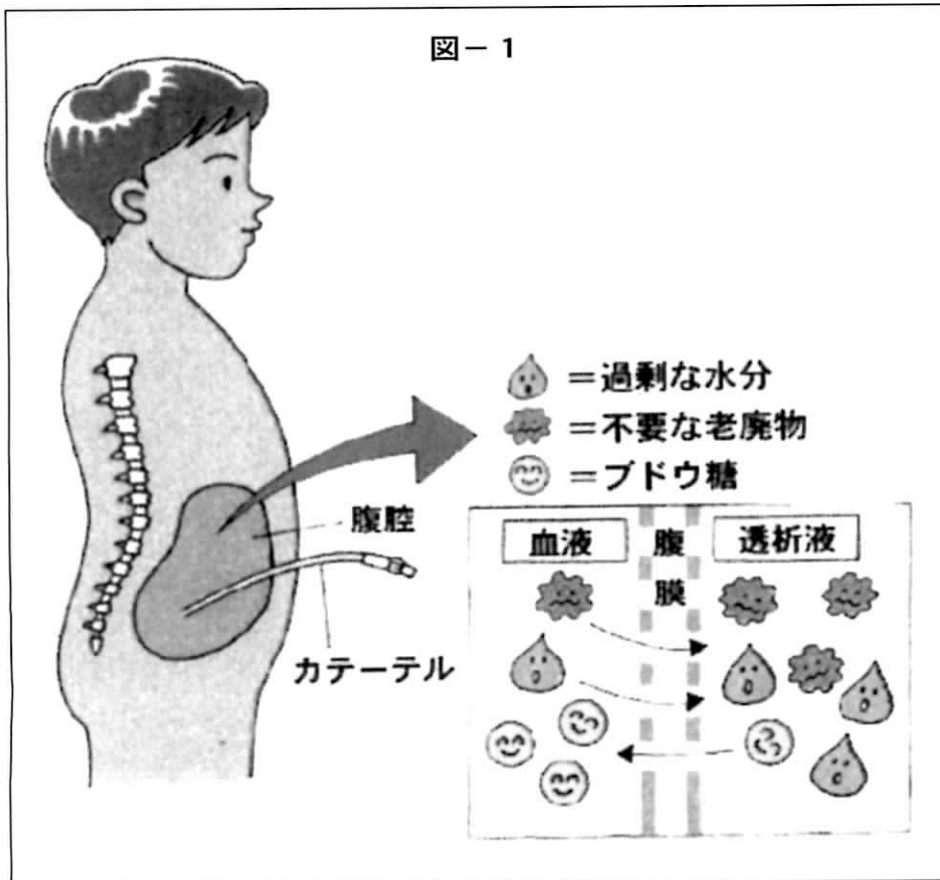
を一定時間入れておき、腹膜を介して血液中の余分な水分や老廃物を透析液側に移動させて、老廃物や水分を含んだ透析液を体外に出すことで血液をきれいにします（図-1）。

腹膜透析を始めるには、手術で  
お腹にカテーテルをつけます。手

術は局部麻酔で一時間程度であつたと記憶しています。

お腹の中に入れる透析液ですが、私はバクスター社のダイヤニールPD-4を使用していました。図-1にもあるように、ブドウ糖を主成分としまして濃度一・五%、二・五%、四・〇%で濃度

図-1





が上がるほど除水量が増しますが、その分腹膜に負担がかかります。私が腹膜透析を止める頃から新しいタイプの透析液が使えるようになりました。ブドウ糖の替わりにイコデキストリンを使い、長時間の貯蓄ができるエクストラニールが使用されるようになりました(図-2)。

腹膜透析は、大きく分けて二つの方法があります。

ひとつは、一日四回おおよそ六時間毎に透析液の交換(バック交換)を自分で手動にて行う方法(CAPD)(図-3)。

もうひとつは、夜間の寝ている間に機械(サイクラー)が自動的に透析液の交換をしてくれる方法(APD)(図-4)。

私はAPD(バイクラ社「ゆめ」)で透析をしていましたが、旅行などの時にはCAPDも利用していました。

腹膜透析の利点は、通院が二週間に一日程度で済むこと、食事制限・水分制限が血液透析(HD)に比べ比較的楽であること等があると思います。仕事をしていくうえでも、夜間透析をしていた時より

仕事に専念することができました。

本来であれば透析導入時に、腹膜透析から入り腎臓の残存機能を最大限引き延ばし低濃度の透析液で腹膜透析を行い、一定期間(だいたい六〜七年)後に血液透析又は移植に移行するのが良いのではないかと思います。途中で血液透析を中断して腹膜透析に切り替えてもPDの利点である食事・日常生活を楽しむことができるのではないかと自身の経験から言うことができます。

## 2

### 腎移植について

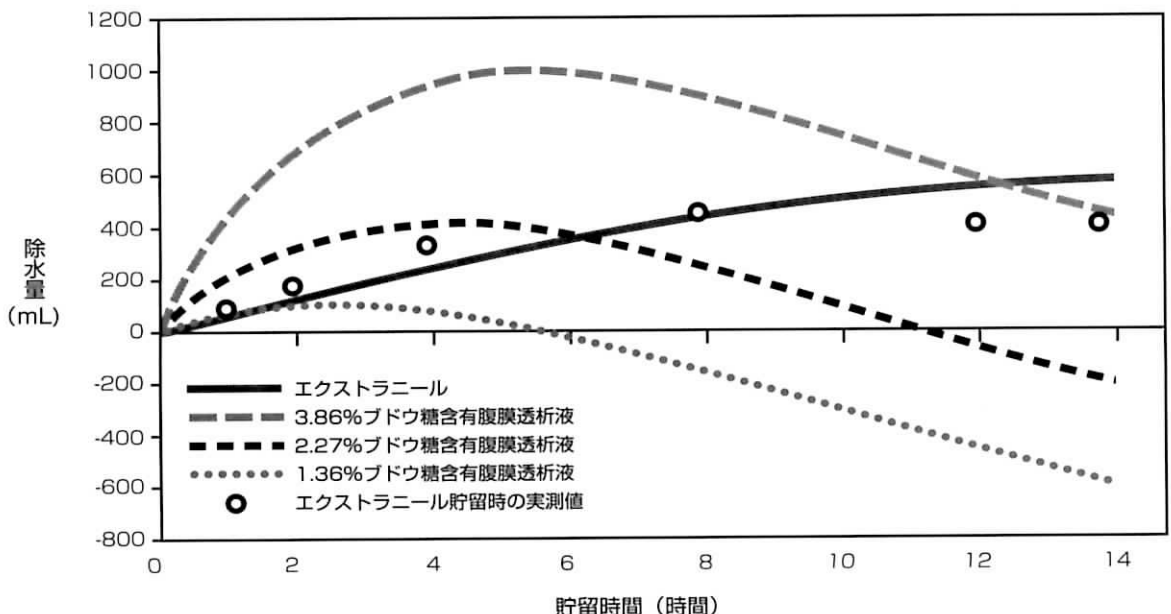
まずは体験談となりますが、私は昨年の夏、幸運にも献腎移植を受けることができました。透析導入と同時に日本臓器移植ネットワークに登録していましたし、患者会活動にも長年携わっていたので、それなりに移植手術については知識があるつもりでしたが実際は驚くことばかりでした。

医師に何うと一般的に移植手術は比較的簡単な部類で、手術時間も四時間程度で終わるそうですが、私の場合には腹膜透析の後遺

図-2 長時間(8~12時間)の貯留における持続的な除水効果

エクストラニールはグルコースポリマーであるイコデキストリンを浸透圧物質として使用しているため、緩徐で安定した除水効果を示します。

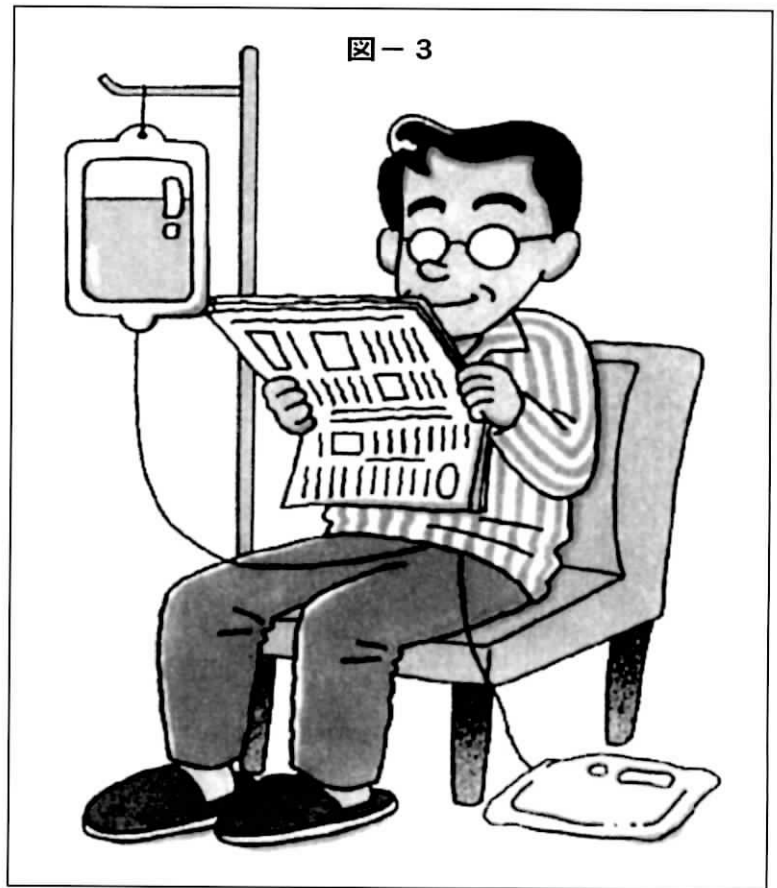
エクストラニールとブドウ糖含有腹膜透析液の除水カーブ  
(シミュレーションモデル)



症の処置もあり六時間程かかりました。

しかし術後の痛みもほとんど無く、手術の翌日には歩行訓練を始

めました。術後に一番辛かったのは排尿でした。一日に食事以外で四リットルの水分を摂るように指示され、術後三日で排尿カテーテルが外れてからは一五分間隔でトイレに通いました。それこそ寝る暇ありませんでした。手術前のエコー検査では膀胱の大きさが四〇〜五〇cc位と言われていましたが、膀胱の大きさが二〇〇cc位まで回復するのに二週間ほどかかりました。

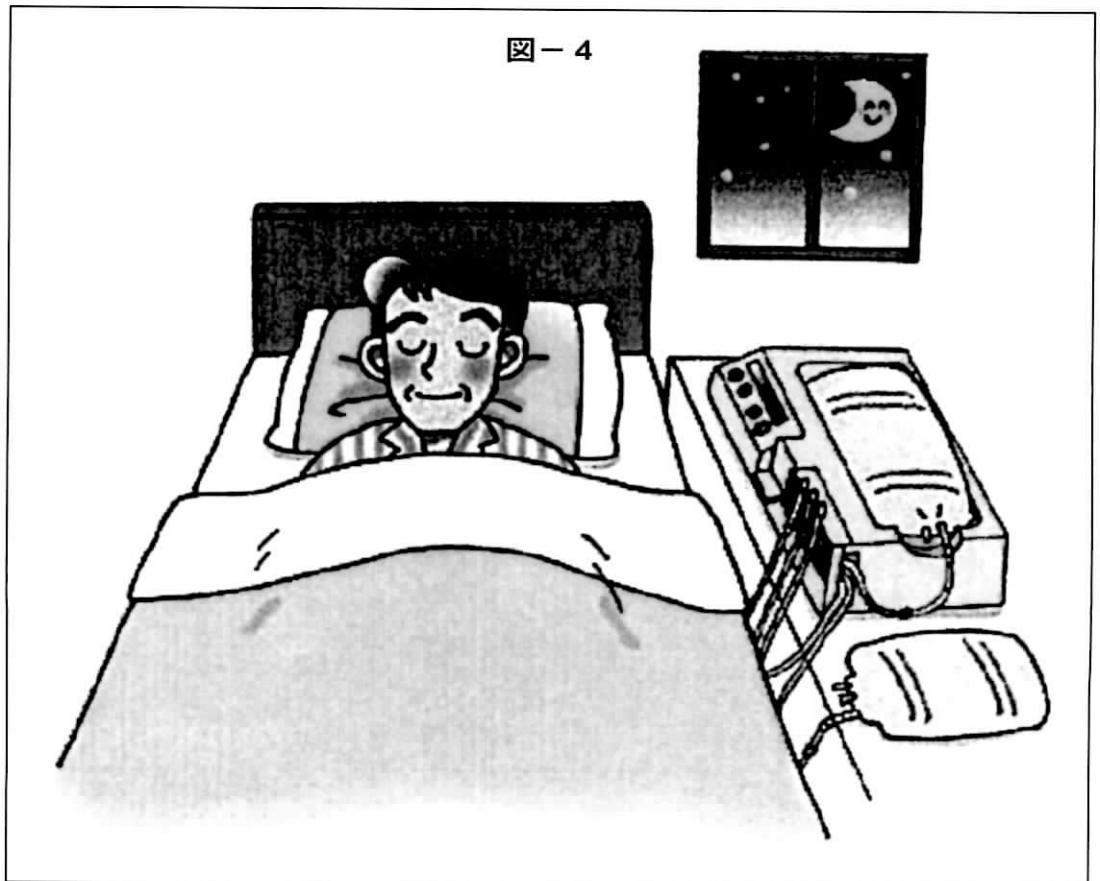


移植後半年以上経過しての今の感想は、術後の経過が順調だったことも含め『大変すばらしい』の一言です。

新しい腎臓の位置です(図-5)。右下腹部に弓形に一五cm位の手術痕が残ります。

次に道内における移植医療の概況について、資料を基に説明します。

最近一〇年間の腎移植件数は、



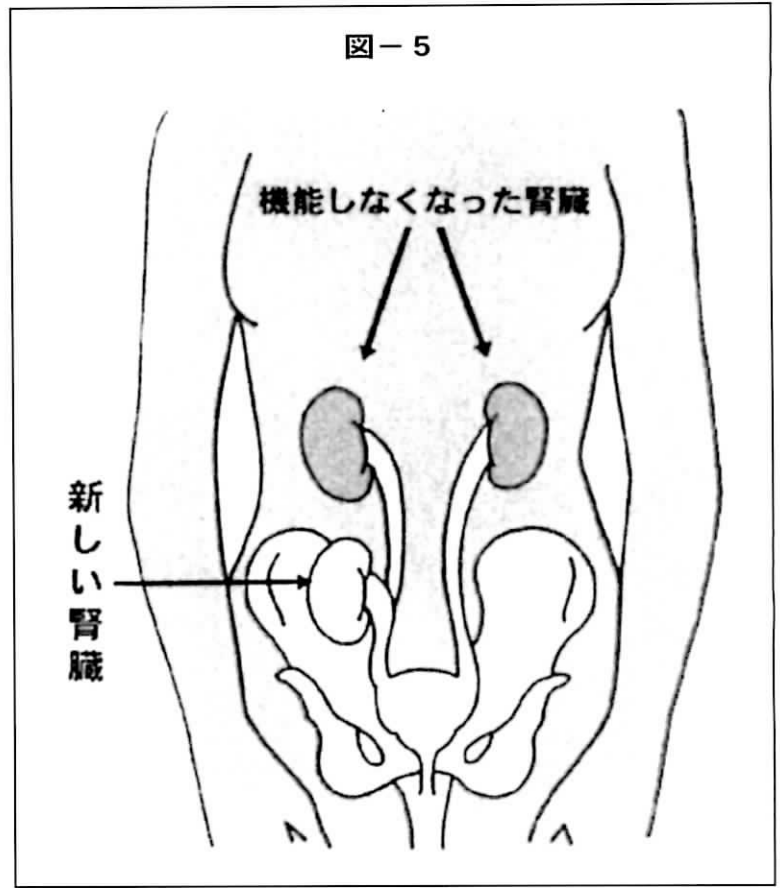
生体腎移植四三八件、献腎移植四九件、脳死体移植七件です。献腎移植については、最近一〇年間でみると前半五年間では一件、後半五年間で三八件と移植症例は

増加しております。平成二〇年の献腎移植件数については一八例と過去最多となっております。

私が臓器移植ネットワークに登録した頃には、献腎移植は宝くじ

に当たるようなものと言われていました。現在は登録から移植までの平均待機年数は一四〜一五年位で、今後さらに短縮されると思います。

道内の臓器移植ネットワーク移植希望登録者は四六七人（平成二〇年九月一日現在）います。臓器移植ネットワークに登録しなければ、献腎移植の可能性はゼロです。移植環境は好転しつつありますので未登録者は登録することを



今一度考えてみてはどうかと思います（図一六）。

生体腎移植は、血縁者間（親・実子・兄弟姉妹など）又は夫婦間で行われます。現在では血液型がA B O型不適合間でも移植可能で、平成一九年では親子間と夫婦間の移植件数が同数になっています。生体腎移植に多少でも興味がある方は、移植施設（札幌市内では市立札幌病院、北海道大学病院、札幌北楡病院、手稲溪仁会病

図一六 北海道における腎移植実施症例数の年次推移

年	生体腎	献腎	脳死体腎	合計	年	生体腎	献腎	脳死体腎	合計
1998	27	3	0	30	2004	53	7	0	60
1999	30	1	0	31	2005	52	11	3	66
2000	41	4	2	47	2006	66	12	0	78
2001	35	3	0	38	2007	57	8	2	67
2002	35	0	0	35	合計	438	49	7	494
2003	42	0	0	42					

院など）の担当医師に提供者と共に相談してみてもどうかと思います（図一七）。

以上、簡単に腹膜透析と腎移植についてまとめてみました。

図一七 ドナーとレシピエントの関係（生体腎）

	2003年	2004年	2005年	2006年	2007年	合計
親	26	29	33	26	23	137
兄弟・姉妹	8	8	7	15	9	47
実子	2	4	1	2	2	11
祖父母	0	1	0	1	0	2
叔父・叔母	1	0	0	0	0	1
非血縁夫婦	5	11	11	22	23	72
合計	42	53	52	66	57	270

各療法とも以前より進歩しております。それぞれの患者さんが自分のライフスタイルに合った透析方法と移植について、是非、今一度検討して選択していただけたらと思います。

# 札幌腎友会

## 幹事新年会

記録的な暖冬と言われながら雪の少ない新年を迎え喜んで居たのも束の間：アツと言う間に例年通りの大雪となつてしまいました。

さて、恒例の幹事新年会は三名の参加で一月一八日(日)一二時より「ジャスマックプラザホテル札幌」にて美味しいお料理プラス温泉入浴でした(会費は自己負担)。

坂事務局長代行の司会進行と福原副会長の挨拶が始まりしばし歓談のひととき…。

お腹もいっぱい喉の調子も整った所でご自慢のカラオケ♪ビンゴゲームと続き、今年初めてチャレンジの「お絵書きですヨ」では、お題に沿って書いた絵を当てる、それも制限時間内になるので、大変盛り上がりました。

また、坂事務局長代行が一生懸命ピックアップした景品



に心踊らせる場面もありました。締めは平林幹事さんの活気あるお話でした。その後各々入浴を楽しみました。事務局も新しいメンバーが増え、日頃お世話になつて居る幹事の皆様とお話し出来大変に有意義でした。今年もどうぞ宜しくお願い致します。

## ◎正月飾り販売結果報告

(平成20年度)

施設名	販売売上額	還元金	施設名	販売売上額	還元金
稲積公園駅前クリニック	69,180	13,836	中野医院	11,840	2,368
光星泌尿器科医院	8,000	1,600	福住泌尿器科クリニック	15,300	3,060
札幌北クリニック	70,160	14,032	保坂内科クリニック	18,200	3,640
札幌セントラルクリニック	9,000	1,800	星野泌尿器科	35,890	7,178
札幌南一条病院	16,160	3,232	宮の森記念病院	4,900	980
三樹会病院	4,060	812	山本医院	22,120	4,424
しらかば泌尿器科クリニック	26,840	5,368	H・N・メディック北広島	1,640	328
澄腎クリニック	11,160	2,232	個人会員(5名)	26,740	5,348
田島クリニック	4,200	840	合計	454,400	90,880
手稲ネフロクリニック	8,860	1,772			
ていね泌尿器科	90,150	18,030			

※札幌腎友会の販売益は116,662円です



# 動脈硬化を防ぐために

その2

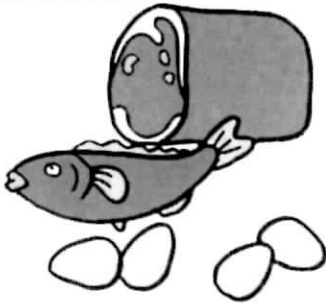
## (3) 食生活の注意

### ●リンやカリウムをとりすぎない

異所性石灰化を防ぐために、リンのとりすぎに注意する必要があります。通常、たんぱく質を10g摂取すること、リンの摂取量は約一三〇mg増加するといわれています。低リン食をこころがけましょう。また血中のカリウムが高くなると、不整脈など心臓に悪い影響を与えるため、とりすぎには注意しましょう。

リンやカリウムはもともと日常の

### たんぱく質の多い食品



たんぱく質を摂りすぎると

リン過多

### カリウムの多い食品



カリウムを摂りすぎると

カリウム過多

食品に多く含まれていますが、近年では食品添加物として加工食品に広く使われるようになりました。食生活が加工食品にかたよると、とりすぎることになるので注意してください。

### ●水分と塩分に注意

水分をとりすぎると体に水がたまり、心臓に負担をかけてしまいますので、注意しましょう。また、塩分の多い食事は、高血圧をおこしやすくするだけでなく、どうしても飲み物がほしくなるので、味付けの工夫をすることも大切です。

### ●十分なエネルギーをとる

主治医の指示に従って、十分なエネルギーをとることが大切です。しかし高脂肪の食品をとりすぎると、高脂血症を招いてしまいますので、脂肪食品と炭水化物をバランスよくとりましょう。すでに糖尿病を合併している場合は、血糖値が急激に上昇しないでんぶん製品などがおすすめです。

●治療用特殊食品などを上手に利用  
たんぱく質やリンなどを調整した治療用特殊食品を利用することで、簡単に栄養管理することが可能です。また、多くの食材をとることができ、質、量ともに食事を豊かにすることが出来ます。上手に利用しましょう。



（キッセイ薬品工業  
「透析のはなし」より）

# 札幌市障がい者交通費 助成見直しのその後

## 札幌腎友会の取り組み

平成一九年に始まった札幌市の行財政改革プランにより障がい者交通費助成の大幅な削減案は、昨年の皆様の署名活動及意見交換会等が実り実施が一年延びました。しかし市は二二年度に向け再度の削減案を作成中です。

札幌腎友会では、平成一九年

一〇月一八日に上田札幌市長が

“札幌市行財政改革プラン”の中で、“札幌市障がい者交通費助成制度見直し”を発表してから、会員の皆さんのご協力をいただき、

市に要望書提出・市議会に陳情書を署名とともに提出、また、札幌腎友会独自の市担当課との意見交換会開催等の活動を活発に行ってきた（今までの経過

詳細については“生きる仲間”八四・八五号、“生きる仲間”臨時一九・二〇・二二号をご覧ください）。

上田市長と市議会陳情書提出団体連絡会（札幌腎友会を含む五団体）との直接懇談が開催され、市長自ら、当初見直し実施予定の平成二二年度からの実施はできないと明言しました。しかし、札幌市

としては、制度設計を再考し平成二二年六月第二定例市議会に助成制度の大枠を報告、平成二二年度の実施を計画しています。

そうした中、市議会陳情書提出五団体を中心となり、“札幌市の障がい者交通費の大幅削減に反対する連絡会”が平成二〇年一二月一三日に結成され、平成二二年三

月六日に札幌市に統一要望書（以下の要請事項を掲げて）を提出しました。現在（三月初旬）、統一要望書に賛同し名を連ねる団体は三九団体となりました。

### 要請事項

- 一 「札幌市障がい者交通費助成制度」の見直しについて
- 二 障害者の社会参加の道を閉ざさないでください。
- 三 障害者の交通費助成削減はやめてください。
- 四 精神障害者にも交通事業者の障害者交通費割引を速やかに適用してください。
- 五 障害特性による利用状況などの実態調査をしてください。

の案内がなく、「集い」の開催が判明した時点で、第三・四・五回の参加をこちらから申し入れました。

“札幌市障がい者交通費助成制度”の見直しは、透析患者にとってはもちろんの事ですが、他の障害者団体と連携をとる中で多くの障害者にとって、削減されると今まで以上に生活や経済が打撃を受ける事がはつきりしてきました。札幌腎友会では、常に交通費・医療費等の状況の厳しい人に焦点をあてて活動してきました。それは、一人でも多くの方が、透析をしながらでもより安心して豊かな生活ができるようにとの考えからです。しかし、今の社会の動向では、一番弱いところにさえ負担が課せられ、所得があるからといって切り捨てられます。一見、お金のある人はいいいのではないかとおもわれますが、実は、それをどちらも認めてしまうと、すべての人に波及する構図です。

今後皆さんのご協力をお願いします。

また、市福祉課主催の政策提言サポーターと障害者参加の「障がい者の声を聞く集い」には、札幌腎友会の役員・幹事が参加し透析患者の立場から生の意見をのべていただいています。第一・二回はサポーターが札幌腎友会にいないという理由から市担当課から直接

# 主な経過報告

## 平成20年

- 11月8日(木) 市議会陳情書提出団体連絡会街頭宣伝・署名活動 1名参加、署名数75筆
- 11月13日(火) 市議会陳情書提出団体連絡会 1名参加
- 11月15日(土) 当事者の集まり
- 12月13日(土) 『障害者の社会参加を守り札幌市の「障がい者交通費助成」の大幅削減に反対する連絡会結成の集い』
- 札幌市視聴覚障がい者情報センター1階研修室(45名) 1名参加(札幌腎友会)
- 『札幌市の「障がい者交通費助成」削減に反対する連絡会』結成(以下、連絡会)
- 代 表：後藤 昌男(交通権を考える連絡会会長)
- 責任事務局：障害者の生活と権利を守る北海道連絡協議会(障道協)
- 広く障害者・家族・事業所・関係団体に呼びかけ賛同・参加をつのり、結束を強める。今後、署名活動の継続や早急に統一要望書(3月初め)をつくり提出札幌市に「障がい者交通費助成削減断念」を迫っていく
- 12月18日(火) 連絡会事務局会議 1名参加(札幌腎友会)

## 平成21年

- 1月22日(木) 連絡会事務局会議 2名参加(札幌腎友会)
- 1月22日(木) 坂事務局長代行、障がい福祉課庄中係長に電話連絡「障がい者の声を聞く集い」の参加募集の案内が札幌腎友会に送付されなかった件についてサポーターのいる団体への案内送付したとの回答、今後の集いの追加募集に、数名の幹事に参加要請
- 第3回 2月8日(日) 白石区民センター  
田辺 哲明運営委員(北楡病院)  
平林 國男幹事(五輪橋病院)
- 第4回 2月21日(土) 豊平区民センター  
工藤 るみ幹事(三樹会病院)  
三上 照美さん(田島クリニック)
- 第5回 3月14日(土) 身体障害者福祉センター  
坂 孝光事務局長代行(札幌南一条病院)  
田中美智子幹事(札幌南一条病院)  
高柳 昌一幹事(稲積公園駅前クリニック)
- 1月28日(水) 連絡会の経過と主旨説明・統一要望書協力要請のため難病連に、小田代表理事と面会  
菅木、坂、福原
- 2月3日(火) 連絡会事務局会議 1名参加
- 2月12日(木) 連絡会の統一要望書案完成  
関係団体に送付作業手伝い 1名参加
- 2月17日(火) 難病連に統一要望書案難病連加盟9団体宛持参、小田代表理事に面会、協力お願い
- 2月19日(木) 連絡会事務局会議 1名参加
- 3月3日(火) サポーター会議と連絡会話し合い
- 3月6日(金) 統一要望書提出(札幌市役所)
- 3月20日(金) 札幌市との意見交換会(統一要望書賛同団体)

〔ご 計 報〕

鈴木 英二氏



平成二十二年二月八日、ご逝去されました。  
平成一〇年度より平成一六年度まで札幌北楡病院の幹事として活躍されました。

中村 喜公氏



平成二十二年二月一三日、ご逝去されました。  
平成一三・一四年度に勤医協中央病院の幹事として、平成一五年度には運営委員として活躍されました。

ここに、両氏の生前の面影を偲び、心よりご冥福をお祈り申し上げます

■事務局だより■

◎来年度の定期総会は5月17日(日)に開催されます。多数の会員の皆様のご参加をお待ちしております。なお、長期透析者表彰は10月に開催される35周年記念式典の中で実施します。

◎ご寄付を頂戴しております。会活動に役立たせていただきます。ありがとうございました。

- ・札幌南一条病院患者会より 50,000円
- ・中野 幸雄 先生(中野医院)より 6,862円
- ・星野継二郎 先生(星野泌尿器科)より 30,000円
- ・新山 正紘 様(中野医院)より 200,000円

◎はがき・切手のご寄付を頂戴しております。会活動に役立たせていただきます。ありがとうございました。

- ・仁楡会病院 千葉 斌 様
- ・宮の森記念病院 高橋 健二 様

●訂正とお詫び

“生きる仲間”86号の5ページ、医療講演の表題の、真下先生の肩書きが、札幌社会福祉総合病院になっていましたが、正しくは札幌社会保険総合病院ですので、訂正してお詫び申し上げます。

〈事務局活動経過報告〉

- 11月13日 “ぜんじんきょう” No.230 発送
- 25日 “生きる仲間” 臨時21号発行  
事務局打合せ (6名)
- 12月4日 “生きる仲間” 86号発行  
お正月飾り注文締め切り
- 11日 “どうじん” 第123号 発送
- 18日 事務局打合せ (5名)  
国会請願署名募金締め切り

平成21年

- 1月8日 道腎協アンケート 発送
- 13日 “ぜんじんきょう” No.231 発送
- 18日 幹事新年会  
(ジャスマックプラザホテル札幌 13名)
- 22日 ボウリング大会実行委員会 (3名)  
事務局打合せ (7名)
- 29日 ボウリング大会案内 発送
- 2月3日 35周年記念実行委員会 (9名)
- 22日 親睦ボウリング大会  
(サッポロテイセンボウル 44名)
- 24日 事務局打合せ (6名)
- 3月1日 幹事会打合せ (8名)
- 12日 “ぜんじんきょう” No.232 発送

◆編集後記◆

◆八七号がようやく校了となり編集員一同ホットしています。ふり返ると、一昨年の総会で決定した編集委員長がその直後余病のためその任を務められなくなりました。突然に代行を務めることになり、二年間が過ぎました。できればはともかく、皆様のご協力により各号が発行できたことにお礼を申し上げます。

(庄野)

◆交通費助成カット案が延期になり有難いですね。待望の春、健康の為公園に出かけ、心も体もリフレッシュしたいですね。

(U)

◆編集のお手伝いは一年生で、改めて勉強になった事が多かったです。機関誌を通じて皆様にも色々な事がたくさん伝わりますように。

(R・K)