



# 楠だより 4月

— 2024年 —

偶数月発行 NO.99 R6.4.25 発行責任者：病院長 編集：病院広報委員会

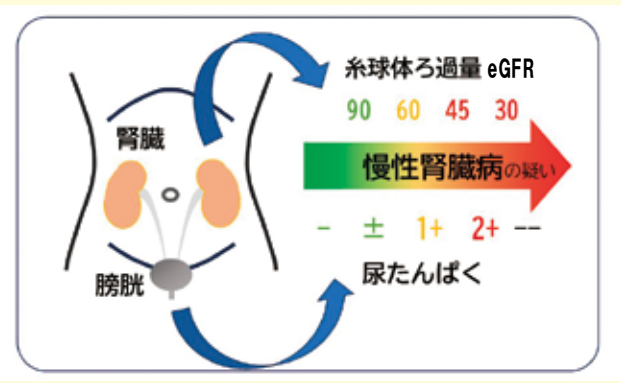
## 健康手帳 91

### 病院でよく測る検査値・腎機能編

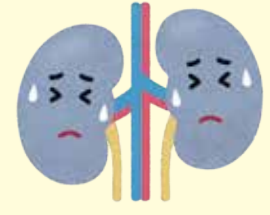
検尿は簡単で安価な検査ですが、とても大切な検査です。腎臓に障害があると、血液中のたんぱくが尿に漏れ出します。起立性蛋白尿や運動後など一過性の場合もありますが、持続する尿たんぱくは腎臓の異常を知らせる指標です。「1+」以上の尿たんぱくが3か月以上続く場合は慢性腎臓病が疑われます。糖尿病が原因の慢性腎臓病(糖尿病性腎症)の場合、たんぱくの一部であるアルブミンが尿に漏れるため、「微量アルブミン尿検査」が早期発見に有効です。また、腎臓あるいはその先の尿の通り道に石やがんなどで傷ができる場合、尿中に赤血球が出現します。尿潜血陽性の場合、症状がないからといって放っておかず、受診することが重要です。

血清クレアチニンは、筋肉に由来する血液中にある老廃物の一つで、本来であれば尿中に排泄されますが、腎臓の働きが悪くなると血中に溜まり、血清クレアチニン値が高くなります。慢性腎臓病の診断には、尿検査(蛋白尿や血尿など)と血清クレアチニン値の両者が必要です。一方でクレアチニン値は筋肉量の影響を受けるため、最近では年齢や性別を加味した腎臓の働きを示す指標として、推定糸球体濾過量(eGFR)が用いられます。eGFRは腎臓の糸球体と

いう場所で1分間に何mLの血液を濾し出して(濾過)尿を作るかという能力を表しています。eGFRが60未満であれば、腎機能の低下(慢性腎臓病、CKDとされます)を意味します。



慢性腎臓病は約1,500万人(20歳以上の約7人に1人)とされ、新たな国民病とされています。高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満や喫煙は慢性腎臓病を悪化させます。とくに血圧は重要です。適正な減塩を、腎保護に有用な降圧療法を受けてください。また脱水にならないように十分に水分摂取をしてください。



#### 病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

健康手帳(91) 病院でよく測る検査・腎機能編	1
能登地方へのDMAT派遣について	2
健康レシピ 第91回 食べる緑の野菜スープ	3
診療科から 緩和と支持診療科	4
神戸市難病相談支援センターからのお知らせ	4
がん相談室イベントのご案内	4

# 能登地方へのDMAT派遣について



救命救急センター長 小谷 穰治

2024年1月1日に発生した石川県能登地方を震源とする地震により被災をされた皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、皆様の安全と、被災地の1日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

1月1日の震災発生後、兵庫県を通じて石川県から、DMAT（災害派遣医療チーム）派遣要請があり、本院は1月14日から1月17日、1月18日から1月21日、1月26日から1月29日の3班に分かれ、被災した能登半島地方への医療支援活動に参加しました。石川県立中央病院を拠点とする被災地での活動について、ご報告させていただきます。



神戸大学 DMAT1 次隊（活動期間：2024年1月14日～17日）

医師1名、看護師2名、業務調整員2名



神戸大学 DMAT2 次隊（活動期間：2024年1月18日～21日）

医師2名、看護師2名、業務調整員1名



神戸大学 DMAT3 次隊（活動期間：2024年1月26日～29日）

医師2名、看護師1名、業務調整員1名



## 参考



DMAT(ディーマツト)とは、災害派遣医療チーム (Disaster Medical Assistance Team) の頭文字です。医師、看護師、その他の医療職員及び事務職員などで構成され、大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場において、急性期（おおむね48時間）から活動できる、機動性を持った専門的な訓練を受けた医療チームのことです。



# 一品料理で満足感アップ

## 減塩料理編

# 食べる緑の野菜スープ

### 栄養量 (1人分)

エネルギー	111kcal
たんぱく質	8.8g
脂質	5.4g
炭水化物	8.2g
(糖質)	4.9g
食物繊維	3.3g
食塩相当量	0.7g

新緑の爽やかな季節となりました。今回は旬の野菜、菜の花やたけのこを使った「食べる緑の野菜スープ」をご紹介します。

旬の野菜を使用することで、ビタミン・ミネラル・食物繊維などの栄養成分が豊富な食事となり、この一品で1日の目標量の約1/3の野菜を摂ることができます。

また、だしを効かすだけでなく、ホタテやベーコンの旨味を用いることで減塩でも美味しい一品になっています。

ぜひ、ご家庭でもお試しください。



※写真のお皿は直径15cm、盛り付けは1人分です。



### 材料(4人分)

- ホタテ貝柱 ..... 100g(4個)
- ベーコン ..... 20g(薄切り1枚)
- 玉ねぎ ..... 100g(中1/2個)
- 春キャベツ ..... 120g(1/4個)
- 小松菜 ..... 60g(中1.5株)
- 菜の花 ..... 100g(0.4束)
- ブロッコリー ..... 60g(中3房)
- たけのこ ..... 40g
- オリーブオイル ..... 12g(大さじ1)
- 塩 ..... 1.5g(小さじ1/4)
- 黒胡椒 ..... 適量
- かつおだし ..... 600mL(3カップ)

### 下準備

玉ねぎ、春キャベツ、小松菜、菜の花、ブロッコリー、たけのこは、1cm角に切る。菜の花の頭とたけのこの先は飾り付け用に取っておく。ベーコンは3mm幅、ホタテ貝柱は8等分に切る。

- 1 鍋に小松菜、菜の花(飾り付け用含む)、ブロッコリーを入れ鮮やかな緑色になるまでゆで、冷水で冷やし、水気を切っておく。
- 2 1とは別の鍋に玉ねぎ、春キャベツ、たけのこ、ベーコン、ホタテ貝柱、オリーブオイルを入れ、中火でしんなりする程度までソテーする。
- 3 2にかつおだし、塩、1の野菜を入れて弱火で5分ほど煮込む。
- 4 出来上がったスープを器に盛り、下準備で飾り用に取っておいた菜の花の頭とたけのこの先を上にはり、仕上げに黒胡椒をふりかけて完成。

計量の単位：1カップ=200ml、大さじ1=15ml、小さじ1=5ml

## ここがポイント



- ・たけのこは水煮を使用しても手軽に作るができます。また、野菜はお好みの野菜に代えても違った美味しさを楽しめます。
- ・味付けはオリーブオイルをごま油に代える、かつおだしを中華だしの素で中華風に、ブイヨンで洋風にするなどアレンジしても美味しく食べることができます(栄養量は変わります)。
- ・野菜は火を通しすぎると鮮やかな緑色になりません。煮詰めないように注意してください。

メニュー考案：エームサービス(株) 松岡 洋石、編集：栄養管理部 齋藤 沙緒理

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

●栄養相談に関する問い合わせ先●

栄養管理部 ☎078-382-6820 (直通)  
受付時間 平日8:30～17:15

## 緩和支援治療科

緩和支援治療科では、主に院内の各診療科に入院中の患者さんに対するコンサルテーション診療と、各診療科の外来通院中の患者さんに対する併診での緩和ケアの提供を行っています。対象としている患者さんはがん患者さんのみならず、心不全や救急領域などの非がん疾患への緩和ケア提供を診療科のテーマとして積極的に取り組んでいます。対応する内容としては、疼痛などの身体的・精神的症状の緩和はもちろんの事、意思決定支援を含めた倫理的な対応の依頼も増えてきています。また、意思決定支援に関連して、療養環境調整に関するサポートとしてかかわらせていただくことが少なくなく、地域の皆様方との連携も重要な役割と考えています。このように、疾患の種類や時期にかかわらず、患者さん・ご家族のニーズに幅広く対応しております。

社会におけるニーズの高まりにもかかわらず、専門

的緩和ケアを担う人材は、県内はもとより全国的にも不足していることが顕著であります。当科も院内では最も歴史の浅い診療科の一つで、まだまだ小所帯ではありますが、日々患者さんのため、そして主治医やプライマリチームのスタッフの一助となれるように頑張っていきたいと思っております。



### 神戸市難病相談支援センターからのお知らせ

令和6年4月1日より

指定難病医療助成の対象疾患に3疾患が追加されます

令和6年4月1日より指定難病に下記の3疾患が追加され、341疾患が特定医療費（指定難病）助成制度の対象になります。それに伴い「障害者総合支援法」の対象疾患にも同様に追加されます。

告示番号 疾患名

339 MECP 2 重複症候群

340 線毛機能不全症候群（カルタゲナー症候群を含む。）

341 TRPV 4 異常症

令和6年4月1日指定難病医療助成の対象となる疾病一覧(pdf)

### 相談室の利用方法



相談窓口：神戸大学医学部附属病院総合相談窓口(正面玄関入ってすぐ左側)

相談方法：電話相談（1回20分程度） 対面相談（1回30分程度）

相談日時：9時～12時、13時～16時30分(土・日・祝日・年末年始除く)

電話番号：078-382-6600（予約優先）

Fax番号：078-382-6601

ホームページ



### がん相談室イベントのご案内

#### がん患者サロン

日時：2024年5月9日(木) 15:00～16:00

開催方法：対面開催

開催場所：共通カンファレンスルーム

参加対象：がん治療中または療養中の方

詳細はホームページから ▶



#### がん患者さん・ご家族向け勉強会 DVD貸し出し中

過去の勉強会を収録したDVDを貸し出しています。がん患者さんやご家族ががんに関する確かな情報を得る場の1つとしてご活用ください。直接、がん相談室にお越しください。

#### 過去のテーマ

- ◆正しい情報の取り方
- ◆臨床試験について
- ◆がんゲノム医療について
- ◆がん治療と外見ケア
- ◆公的制度、仕事のことについて
- ◆ハローワークにおける就職支援
- ◆標準治療
- ◆抗がん剤治療について
- ◆食事と栄養
- ◆リハビリテーション

#### 【お問い合わせ先】

がん相談室

☎ 078-382-5830（受付時間 9:30～16:30）



院外処方箋の使用期限は  
発行日を含めて**4日間**です。



病院敷地内  
全面禁煙



忘れ物、落とし物は、1階  
受付6番窓口でお預かり  
しています。内線3075