



慢性腎臓病（CKD）を取り巻くチーム医療 ～千葉県糖尿病性腎症・CKD重症化予防対策推進事業 に係るCKDシールの活用 ～腎代替療法専門指導士の新設

腎臓内科 部長、腎代替療法専門指導士 **山田 剛久**
(やまだ たけひさ)

慢性腎臓病（CKD）は成人人口の8人に1人（1,330万人）が罹患しているとも言われ、新たな国民病として認識されるようになりました。

夜中に何度もトイレに立つ、疲れやすい、体がむくむ、血圧が上昇するなどの自覚症状が出現する頃にはかなり病期が進行しており、手遅れになっていることも多い恐ろしい病気です。早期発見、早期治療のためには健康診断の有効利用が重要になってきます。尿検査で蛋白や潜血を指摘された方、血液検査でクレアチニン値の上昇やeGFRの低下（60未満）を指摘された方は早めの当科受診をお勧めします。

CKDの外来診療は腎臓内科の医師のみでなく、他の様々な職種の方々の知恵と協力を得ながら進めてまいります。多数の内服薬を抱えていらっしゃるのがCKD患者さんの特徴であり、服用タイミングや飲み合わせ注意に関して薬剤師の方の専門知識が必要になります。最近では千葉県糖尿病性腎症・CKD重症化予防対策推進事業に係るCKDシールが普及しており、CKDの重症度（eGFR値が30～50、もしくはeGFR値が30未満）に応じて2種類のシールが活用されています。お薬手帳の目立つところに貼ることで、患者さんがかかりつけ医以外の医療機関や薬局を訪れる際の注意喚起に役立ちます（図）。日々の食事内容に関しては、塩分制限と蛋白質摂取量の制限がCKD患者さんに対する食事指導の2本柱ですが、これらに関しては管理栄養士による栄養指導を受けていただきます。既に腎代替療法が必要な状況で来院される患者さんには、専門看護師らによる血液透析、腹膜透析、腎移植といった種々の腎代替療法に関する知識をお伝えした上で、個々の患者さんに合う治療法を選択していただき、それに向けての準備（血管内シャント造設術、腹膜透析カテーテル挿入術、腎移植施設へのご紹介）を行っております。

昨年（2022年）の春、このようなCKDの患者さんを支える様々の職種の医療従事者を対象とした腎代替療法専門指導士なる資格が、日本腎代替療法専門職推進協会により新設されました。現在、我が国には1,440名の腎代替療法専門指導士がおりますが、医師、薬剤師、看護師などの様々な職種の医療従事者によって構成されており、各々の職種に応じた腎代替療法に関する専門知識を患者さんに提供しています。



健康保険の話

茶あざ 青あざ 赤あざ 美容

形成外科 医局長 石井 暢明
(いしい のぶあき)

2021年1月より当院でもレーザー機器を導入し、レーザー治療をすることが可能になりました。レーザーと聞くと、「レーザーって美容で使うやつでしょ?」というイメージの方もいらっしゃるかもしれませんが、確かに美容目的でもレーザーを使用しますが、レーザーは機種と対象疾患の組み合わせによっては、「健康保険」が効く場合もあります。➡

今回は当院で採用しているレーザーの機種とその対象疾患、健康保険の適応についてお話をしたいと思います。

さっそく当院採用の4台のレーザー機器と対象疾患の一覧をご覧ください(図)。赤枠で囲んだものが健康保険対象となるものです。

「異所性蒙古斑」と「太田母斑」、「乳児血管腫」、「単

Qスイッチ ルビーレーザー	アレキサンドライトレーザー	ダイレーザー	炭酸ガスレーザー
<ul style="list-style-type: none"> ・異所性蒙古斑 ・太田母斑 ・外傷性刺青 ・扁平母斑 	<ul style="list-style-type: none"> ・異所性蒙古斑 ・太田母斑 ・外傷性刺青 	<ul style="list-style-type: none"> ・乳児血管腫(莓状血管腫) ・単純性血管腫 ・毛細血管拡張症 	<ul style="list-style-type: none"> ・黒子(ホクロ) ・脂漏性角化症(加齢性のいぼ)
<ul style="list-style-type: none"> ・雀卵斑(そばかす) ・老人性色素斑(しみ) ・脂漏性角化症 	<ul style="list-style-type: none"> ・扁平母斑 ・肝斑 ・雀卵斑(そばかす) ・タトゥ ・老人性色素斑(しみ) ・トーニング 		

赤枠は健康保険適用

図 当院におけるレーザーの機種

純性血管腫」は赤ちゃんにみられる先天性のあざです。これらは全て健康保険の適応となっています。「蒙古斑」は日本人ではほぼみんな持って生まれてくるお尻や背中の中の青あざのことです。10歳頃までに自然に消失することがほとんどですので、蒙古斑には保険が効きません。一方で「異所性蒙古斑」はお尻や背中、腰以外に生じる蒙古斑のことで、こちらは完全に自然消失はしないためレーザー治療が保険適応となります。「太田母斑」は顔面の青あざで、こちらもレーザー治療が保険適応となります。

「単純性血管腫」は平坦な赤あざ、「乳児血管腫」は厚みのある赤あざです。単純性血管腫は一部を除いて自然消退しませんので、健康保険適応となります。乳児血管腫は数カ月かけて急に大きくなり、その後消退傾向をたどりますが、レーザーでなるべく一番大きい時期の大きさを抑えておくことで跡を小さくすることができますと考えられており、健康保険適応となります。

また、アスファルトで転んで傷に砂などが残ったり、鉛筆の芯が刺さったりして色が残ってしまった黒い痕を「外傷性刺青」と言います。こちらも健康保険の適応です。

「扁平母斑」はいわゆる茶あざと呼ばれる平たく茶色いあざでほとんどが先天性です。こちらもレーザー治療が保険適応です。

こうしてみると、生まれつきのあざに対してはレーザーの効くものが多いですが、美容目的、若返り目的のものは基本的には自費診療となります。例えば、しみなどはレーザーの適応ですし、美肌目的でのトーニングなどもレーザーで可能です。

元気で若いから肌が綺麗ということではなく、肌が綺麗になることで明るく元気になる方もいらっしゃると思います。気になるあざがあるお子さんがいらっしゃる親御さんや、アンチエイジングを考えている方は形成外科にご相談ください。

風邪ですか？ コロナですか？

小児科 専修医

竹内 雅彦

(たけうち まさひこ)

小児科で最もよく診断する疾患は、上気道炎(風邪)でしょう。その中で、よく題名のような質問を受けることがあります。まず上気道炎とは、上気道(鼻腔、咽頭、喉頭)に、主にウイルスが感染して炎症を起こす疾患です。上気道炎を引き起こすウイルスは無数にあり、有名なものでは新型コロナウイルスの他にインフルエンザウイルス、ライノウイルス、アデノウイルス、RSウイルス、ヒトメタニューモウイルス、エンテロウイルス、コクサッキーウイルスなど無数に存在し、その数は200以上とも言われています。

同居家族全員が新型コロナウイルス感染症に罹患していたり、自宅での簡易検査キットで陽性だった、などの明らかな場合を除いて、症状や診察のみで上気道炎の原因が新型コロナウイルスであると判断することは難しいです。つまり、検査をしない限りは、題名のような質問に対しては、「風邪です、新型コロナウイルスがその原因である可能性もあります。」という答えになります。

特定のウイルスの流行期を除いて、上気道炎とだけ診断することがほとんどでしたが、新型コロナウイルスが流行して以降は通年でウイルス検査を行うことが増えました。令和5年5月8日から、文部科学省は新型コロナウイルス感染症に罹患した児童生徒の出席停止期間を「発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」を基準とし、出席停止解除後も「発症から10日を経過するまでは、当該児童生徒に対してマスクの着用を推奨すること」としています。マスクの規定は新たな試みですが、出席停止期間で比較すると、インフルエンザの「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまで」よりも短い規定です。しかし、

出席停止を推奨されていない風邪がほとんどであり、依然他のウイルスとは区別する必要があるようです。

細菌の増殖を抑える抗生物質は多くの細菌に対して効果がある一方で、抗ウイルス薬はほとんどが1つの薬につき1つのウイルスにしか効果がありません。その上、抗ウイルス薬が存在しないウイルスがほとんどであるため、原因のウイルスが分かっても対症療法のみで治療方針が変わらないことが多いです。

隔離などの観点から、風邪の原因がコロナかそうでないかも重要ですが、治療する上で重視すべきは、下気道に至っていないかです。ウイルスが感染する場所が上気道(鼻腔、咽頭、喉頭)であれば、いわゆる風邪となりますが、それよりももっと奥の下気道で感染が起きていると、肺炎や気管支炎といった診断になります。この場合は空気の通り道である気管支や、酸素と二酸化炭素を交換するための肺胞といった組織で炎症が起こっているため、体に酸素が取り込みづらくなることがあります。また、原因もウイルスがほとんどである上気道炎と比べ、細菌が原因であることも多く、対症療法の他に抗生物質の投与が必要になることもあります。このような病気では呼吸状態や全身状態が悪いと、入院して酸素投与や点滴することも多くなります。

咳や鼻水、発熱はお子さんに多い症状ですが、無理せず受診してください。



お薬の話

医療用麻薬とがん性疼痛について

緩和ケアチーム 薬剤師

廣永 和也

(ひろなが かずや)

みなさんは医療用麻薬という言葉聞いたことがありますか？

がんに伴う痛み（がん性疼痛）に対して用いられるお薬であり、麻薬という言葉故に、「依存性が怖い」、「最後に使う薬」などあまり良い印象が無いかもしれません。しかし実際は、用法・用量を守って適正に使用すれば依存を起こすことは少なく、痛みが出てきたら早期に処方されることもあるなど、一般的なイメージとは大きく異なります。よく知られるモルヒネ以外にも、様々な成分があり、飲み薬、貼り薬、注射薬、坐薬などがあります。がんの患者さんにおいて約50%以上で何かしらの痛みが出現すると言われておりますが、これら痛みはこの医療用麻薬を適切に用いることによって抑えられるようになってきています。

がん性疼痛は、主に長い時間痛みがある状態が続く「持続痛」と、一過性に痛みが強くなる「突出痛」に分けられます。医療用麻薬は、まず一定の時間間隔で規則正しくお薬を服用していただくことで持続痛をコントロールしていきます。そして、突出痛が出てきたら即効性のお薬（レスキュー薬）を用いて痛みを抑えます。特に、このレスキュー薬を1日のうちに何回服用したかということがお薬の量を調節する際に大切な情報であるため、レスキュー薬は痛みを我慢せずにしっかり服用していただくことが大切です。

また、医療用麻薬を服用する際に忘れてはいけないのが副作用管理です。

主に吐き気、傾眠、便秘があり、吐き気に対しては吐き気止めのお薬で対応します。ただ吐き気に関

しては1週間程度で治まることが多いため、経過観察を行い、その上でお薬の継続が可能かどうかを判断していきます。

眠気も吐き気と同様に1週間程度で治ることが多いですが、こちらは症状が続く場合には、お薬の量を減らす、もしくはお薬の種類を変更するなどの対応が必要になることがあるため我慢せずにお伝えください。

最後に便秘ですが、便秘は上記の2つの症状とは異なり、自然に改善する症状ではありません。下剤を使った継続した症状コントロールが必要となるため、日々の排便状況により下剤の調整も行なっていきましょう。

以上、医療用麻薬とがん性疼痛についてお話しいたしました。もし、医療用麻薬を服用している患者さんで便秘や吐き気の副作用が辛い、薬の使い方がわからないなどありましたら、ぜひ一度薬剤師へご相談ください。医療用麻薬を適正に使って、一緒に痛みをコントロールしていきましょう。



病気の話

熱中症について

看護部 副看護部長 植草 恵
(うえくさ めぐみ)

熱中症とは、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が低下します。高体温、めまい、けいれん、頭痛などのさまざまな症状を起こします。重症になると意識障害やけいれんを起こし、命の危険もある病気です。

熱中症といえば、炎天下に長時間いた、真夏の暑いなか運動をしていたといったケースを想像しますが、実際はこうした典型的な場面ばかりではありません。実は、梅雨の合間に突然気温が上がったなど、身体が暑さに慣れていない時期にもかかりやすいです。意外なところでは、気温が低い日でも湿度が高いと熱中症にかかりやすくなります。また、家の中でじっとしていても室温や湿度の高さから熱中症にかかることもあり、救急要請時の発生場所では、住宅等居

住施設が全体の37%と最も多く占めています。最近ではこのような室内型熱中症が注目されています。

子どもや高齢者は、熱中症を起こしやすいです。子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので気を配る必要があります。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているので、注意が必要です。

このほか、運動に慣れていない運動部の一年生、肥満の人、寝不足や疲れなどで体調が悪いとき、二日酔いや下痢などで体内の水分が減っているときも、熱中症が起こりやすくなります。

このようなことから、真夏の時期前から対策を取るように心がけましょう。

◆ 熱中症予防のために以下のことを心がけましょう。

- 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 外出時には日傘や帽子を着用
- 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす
- こまめに水分補給をする

『熱中症警戒アラート』

発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう！



◆ こんな症状がでたら熱中症かも？

- めまい、たちくらみ、生あくび、大量の発汗、筋肉痛、筋肉のこむら返り

さらに症状が悪化すると……

- 頭痛、嘔吐、倦怠感、判断力低下、集中力低下、脱力感

◆ 熱中症を疑ったら……

- エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難
- 衣服をゆるめ、からだを冷やす(首の周り、脇の下、足の付け根など)
- 水分・塩分、経口補水液などを補給



自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、ためらわずに救急車を呼びましょう！

医 事 課 だ よ り



お知らせします

新型コロナウイルスは5類感染症へ ～5月8日以降、医療費はこう変わります～

医事課 主任 **山崎 舞子**
(やまざき まいこ)

令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症は、感染症法上の位置づけが「5類感染症」に変更されました。
それに伴い、新型コロナウイルス感染症に関する検査・治療について、患者さんの負担割合に応じ、保険診療としての費用が発生いたします。

Q1 何が変わるの？



これまで公費扱いとなっていた検査・治療について、原則、保険診療（自己負担）となります。

Q2 検査の費用はいくらかかるの？



新型コロナウイルス感染症に係る検査については、患者さんの負担割合に応じておおよそ次の通りです。

【新型コロナ 抗原検査】

自己負担割合	お支払い金額
1割負担	500～1,000円
2割負担	1,000～2,000円
3割負担	1,500～3,000円

【新型コロナ PCR検査】

自己負担割合	お支払い金額
1割負担	1,000～1,500円
2割負担	2,000～3,000円
3割負担	3,000～4,500円



Q3 お薬の費用はいくらかかるの？

新型コロナウイルス感染症に対する抗ウイルス薬については、令和5年9月末までは全額が公費負担となり、患者さんの負担はありません。咳止めや解熱鎮痛剤などは、従来通り保険診療（自己負担）にてお支払いいただきます。

**Q4** 入院の費用はいくらかかるの？

医療費は保険診療（自己負担）、食事代は自己負担となりますが、令和5年9月末までは、高額療養費制度の自己負担限度額から1～2万円が減額されます。



運営の話

キッチンカーの誘致について

庶務課

日頃より当院の運営に当たり、温かいご支援ご厚情を賜り厚く御礼申し上げます。

当院では医療の提供とともに、ご来院される皆様にとって少しでも院内での時間を有意義なものとするよう日々努めております。その対応に当たっては、来院される皆様からのご意見や、職員からの要望も加味しながら病院全体で検討させていただいているところです。

今回、院内に設置しておりますレストランやコンビニエンスストア、喫茶店以外で食事を提供している店舗が近隣に少ないことから、病院の敷地を利用して、昨今では様々な商業施設や医療機関でも展開されているキッチンカーを呼ぶことは出来ないか？とのご意見をいただきました。また、職員からも日頃の食事が決まったものとなりがちなこと、様々なキッチンカーが定期的に来ることにより、勤務中の楽しみの一つになるために導入を希望する声が多数聞かれたところでした。

そこで、患者さんのご要望と職員への福利厚生の一環として、4月よりキッチンカーの誘致を開始いたしました。開始前はどのくらいの方に興味を持っていたのか未知数な部分がありましたが、実際に始まると毎回様々なキッチンカーが出店することから、ご来院の皆様や職員さらには近隣住民の方もお越しになり、写真の通り好評いただいている状

況です。

当院では、今回のように様々な意見や要望を取り入れ、今後ご来院の方々や職員の双方にとってより良い院内環境を整備できるよう検討していく所存ですので、引き続きご理解の程よろしくお願い申し上げます。

【キッチンカー出店概要】

出店場所 病院正面玄関から向かって右手の第3駐車場前スペース

出店頻度 毎月3、4回程度（詳しい出店日は院内掲示のポスターをご確認ください。）

出店時間 10：00から14：30まで（品切れの際は早く閉店する場合があります。）

店舗数 最大3店舗

メニュー 出店日ごとに毎回変わります。
（例：ピザ、オムライス、カレー、焼きそば、クレープ、リンゴ飴、お惣菜等）



本誌についてのご意見は、ご意見箱にお入れいただくか、右記までお寄せ下さい。

日本医科大学千葉北総病院 医療連携支援センター

〒270-1694 千葉県印西市鎌苅 1715 電話 0476-99-1810/FAX 0476-99-1991

編集後記

新型コロナウイルス感染症も取り扱いが第5類へ変更となり、感染対策に対する取り組みも大分緩和されたことで、皆様の生活もコロナ禍以前に戻りつつあると思います。以前のように感染者数の報告が行われないことから、現状を把握しにくい状態となっておりますが、

現場では近頃新型コロナウイルス感染症患者さんが再増加していることを認識しております。特に、患者様ご本人やご家族の皆様は「罹らない・うつさない」ために、引き続き感染予防にご留意いただきますようお願いいたします。

（広報委員会：岡島 史宣）