≪基本理念≫医学への精進と貢献、病者への献身と奉仕を旨とし、その時代時代になしうる最良の医療を提供すること

2018. 5～6
TORANOMON
VOL. 164

とらのもん

URL：http://www.toranomon.gr.jp

本院 公開講座

『 腎臓を守るためには？
～慢性腎臓病（CKD）に打ち克つために～』
日時：２０１８年５月１９日（土）１２：３０～１４：００
場所：本院　本館３階　講堂（入場無料）開場１１：３０
講師：腎センター内科　部長　星野 純一

本院 公開講座

日時：２０１８年７月２１日（土）１４：００～１５：３０
場所：本院　本館３階　講堂（入場無料）開場１３：００
講師：消化器内科　部長　飯塚 敏郎

お知らせ

上記の公開講座は、諸般の事情により、変更・延期・中止になることがございます。お電話・ホームページ等で開催の有無をご確認ください。

外来の予約内容の確認が当院のホームページから出来ます。
何かご不明な点がございましたら、予約センターまでお願いします。

【本院　中央採血室からのお知らせ】
現在、中央採血室がたいへん混雑して御迷惑をおかけしております。
午後の２時以降が比較的空いています。主治医とご相談の上、可能な場合は午後の採血をお勧めいたします。

今月の特集

- 本院　公開講座
  『腎臓を守るためには？』
- 市民公開講座　ご案内
  『生涯元気に歩こう！』
- 整形外科　福島 成欣 先生
  『いつのまにか骨折って知っていますか？』
- 連携医療機関のご紹介
  ～センター南駅前
  内科おなかクリニック～
- 中西成元 先生（元 副院長）より
- 新病院建設状況について

『　幸多かれ　～オレンジの薔薇の花言葉～　』

国家公務員共済組合連合会
虎の門病院
TORANOMON HOSPITAL

【虎の門病院 本院】
☎03-3588-1111（代）

【虎の門病院 分院】
☎044-877-5111（代）

【さいたま診療所】
☎048-601-1347

5月19日開催　本院公開講座

腎臓を守るためには？～慢性腎臓病（CKD）に打ち克つために～

腎センター内科　部長　星野 純一

1. 腎臓のはたらきと慢性腎臓病

腎臓は、体内ネットワークにおいて全身のバランス（恒常性）を保つために様々なメッセージ物質を出す司令塔です。よく野球のキャッチャーに例えられます（図1）。

（図1）

大きさは握りこぶし大ほどですが、心臓から出る血液の20%が流れ込む臓器であり、その重要さがご理解いただけると思います。腎臓は、毛細血管が一塊となって血液を濾過する「糸球体」と、生きるために必須の様々な物質（例：ナトリウムやブドウ糖など）の排泄/体内再吸収を司る「尿細管」、そしてその下流で主に水分の調整をする「集合管」（尿細管の一部）という3つの器官から成り立ち、お互いに複雑に絡み合った構造をしています。

健康な方でも、加齢現象の一環として、腎機能は少しずつ低下します（概算で毎年約1%前後）。低下速度は腎炎・糖尿病・高血圧などの合併症や喫煙・生活習慣によって大きく影響を受けます。従って、治療の主な目的は「この低下速度をどれだけ抑えることが出来るか？」ということになります（図2）。

最も注意しなければならないのは、若年健康時の腎機能の約1割未満まで低下しないと自覚症状が出てこない点です。腎臓は非常に我慢強い臓器としても知られています。「症状がないから」と油断していると、気が付いた時には末期腎不全状態（＝透析導入が必要）になっていることもしばしばあります。

そのため定期的な健康診断による腎機能のチェックが重要です。腎機能の評価は採血にて行

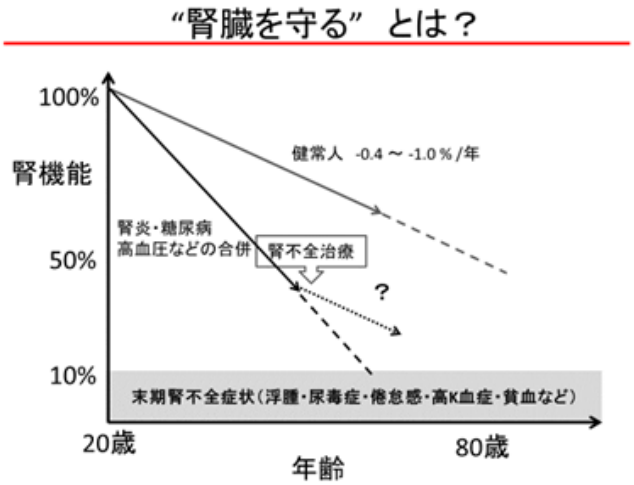
腎センター内科 部長

星野 純一　平成9年卒

＜専門分野＞
腎臓病全般、透析療法、透析合併症の管理、膠原病・リウマチ全般、多発性嚢胞腎、アミロイドーシス、臨床疫学

＜資格・所属学会等＞
- 日本内科学会 認定内科医・総合内科専門医・指導医
- 日本腎臓学会 腎臓専門医・指導医・評議員
- 日本透析医学会 専門医・指導医
- 日本リウマチ学会 専門医・指導医・評議員
- 日本脈管学会 脈管専門医
- 日本下肢救済・足病学会 評議員
- 日本腎臓リハビリテーション学会評議員

います。筋肉で作られるクレアチニンの血中濃度と年齢から換算式を用いて計算される推定糸球体濾過量（eGFR）で評価します。当院の採血結果ではクレアチニンの下に表示されています。



（図2）

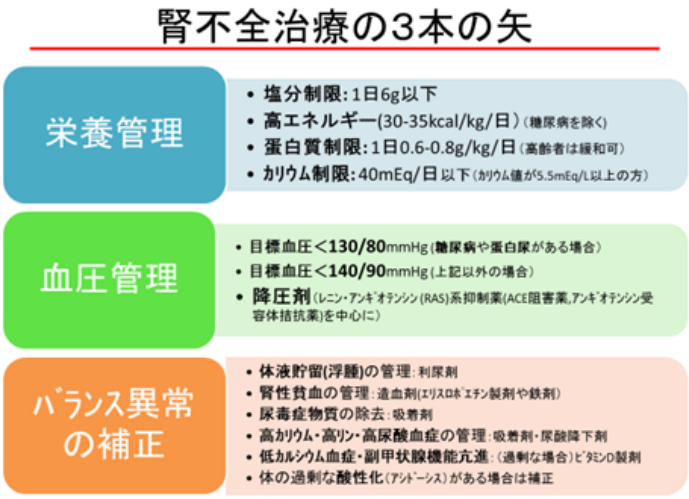
2. 慢性腎臓病（CKD）とは？

慢性腎臓病とは、腎機能の障害（eGFR<60mL/分/1.73m2）または尿検査の異常（例：蛋白尿）が3か月間以上持続している状態を指します（CKD診療ガイドライン2013）。一方、薬剤や手術などで一過性に腎機能が低下した状態は急性腎障害（AKI）と呼び、CKDとは

区別されています（AKIはCKDの前兆であることが知られています）。先述のように腎機能は加齢によって生理的に低下するため、高齢化社会では腎機能が低下している患者さんは増加します。例えば血清クレアチニン1.0mg/dLは若い人では正常腎機能ですが、80歳の男性、女性ではそれぞれeGFR 55と41 mL/分/1.73m2に低下した状態であり、CKDに該当します（それぞれG3a, G3b期）。CKDは我が国の国民病ともいわれ、その理解と対策が重要視されています。

3. 腎臓を守るために

腎臓を守るために重要なポイントは主に3つです。栄養管理・血圧管理・バランス補正です（図3）。



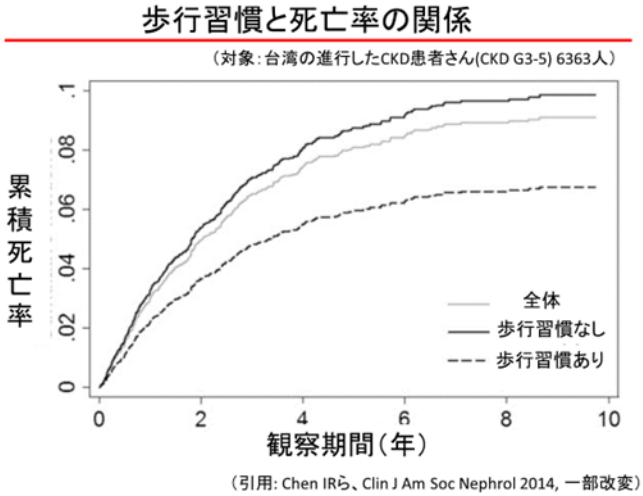
（図3）

食事は高エネルギー（30-35kcal/kg/日）・減塩(6g/日以下)・低蛋白（0.6-0.8 g/kg/日）を中心にした食事管理を原則とします。ただし低栄養を生じやすい高齢者にはエネルギー摂取を重視した蛋白制限の緩和を行い、逆に糖尿病合併CKD患者さんは血糖管理のためのエネルギー制限を強化します。患者さん個々によって最適な管理方針が異なってくることにご留意ください。特に高齢者の蛋白質摂取に対する考え方はここ数年で大きく変化しています。近年では高齢者に対する地中海食や和食の有用性・相違点も明らかになってきています。栄養管理は治療の根幹です。当院では栄養士を中心にCKD栄養相談を行っておりますので、是非お気軽にご相談ください。

血圧管理も非常に重要です。減塩の徹底により血圧や浮腫の管理が出来る場合もありますが、多くの場合は腎臓を保護する作用がある薬を用いて血圧をコントロールします。血圧目標値も患者さん個々の状態で異なってきます。詳細は主治医にご確認ください。

3つ目はバランス補正です。CKDでは全身のバランスを取る司令塔機能が低下するため、体内の水分・カリウム・リンの貯留や貧血や骨粗鬆症の進行などの様々な“バランス異常”を生じてきます。そのためバランスの乱れに応じた投薬調整が必要になります。

最後に、最近注目を集めている運動についてご紹介します。CKD患者さんの運動に対する考え方はドラマティックに変化しています。一昔前は安静が一つの腎臓の治療と考えられてきましたが、最近の研究で運動習慣（歩行習慣）を持つCKD患者さんは持たない患者さんより長寿であることが明らかになりました（図4）。その他にもCKD患者さんに対する運動療法の効果を示した研究報告は多く、最近では過労や脱水を避けて適度な運動を行うことが推奨され始めています。



（図4）

今回の公開講座では、腎臓を守るため、健康長寿を迎えるために患者さんはどのようなことに注意すればよいのか、最新の知見を含めてご紹介したいと思います。

★詳しくは本院公開講座へ★

日時：5月19日（土）12時30分～14時
場所：虎の門病院本院　本館３階講堂

虎の門病院では定期的に一般の方向けの公開講座を開催しています。

どなたでもご参加いただけます。

講師は虎の門病院所属の医師が担当し、講演後には質問もお受けいたします。

申し込み不要・入場無料、
皆さまのご参加をお待ちしております。

虎の門病院　公開講座　検索

市民公開講座のご案内　「生涯元気に歩こう！」

講師

整形外科 部長（副院長）
山本 精三

～高齢者の転倒、骨折を防ごう～

高齢者総合診療部・認知症科 部長
井桁 之総

～ぼくが認知症科をつくったわけ～

日時　2018年5月12日(土)
13:30開場　14:00開演

参加費無料

定員　150名（事前のお申し込みが必要です）

会場　新宿住友スカイルームRoom5+6+7
東京都新宿区新宿2-6-1新宿住友ビル47F

アクセス：「新宿駅」西口(JR線・小田急線・京王線)　徒歩8分
「都庁前駅」A2出口(大江戸線)　徒歩2分

＊駐輪場、駐車場のご用意はございません。
＊当日、会場への直接のご連絡はご遠慮ください。

■お問い合わせ
TEL：03-3560-7823
（土・日、祝日を除く9:00～17:00）

・定員になり次第締め切りとなります。
・応募された方の個人情報は、この講座以外の目的では使用いたしません。

プログラム

13:30 開場
14:00 第一部「高齢者の転倒、骨折を防ごう」
　　第二部「ぼくが認知症科をつくったわけ」
16:30 終了

お申し込みについて

ハガキ、FAX、メールに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、性別、参加人数を明記のうえ、下記までお申し込みください。
※車イスの方がおられる場合は、その旨ご記入ください。
※参加券発行等、参加登録完了の返信は致しませんので、当日直接会場へお越しください。

ハガキ：〒105-8470　港区虎ノ門2-2-2　虎の門病院
医療連携部　診療情報サービス室
FAX：03-3560-7878
メール：renkei@toranomon.gr.jp

主催：武田薬品工業株式会社

「いつのまにか骨折」って知っていますか？

整形外科　福島成欣

〈所属学会、認定医〉
・日本整形外科学会
整形外科専門医、
脊椎脊髄病医
・日本脊椎脊髄病学会
指導医

1. 骨粗鬆症

骨粗鬆症とは骨がもろく壊れやすくなる疾患です。原因は加齢・生活習慣（運動不足、食生活など）、女性の場合は閉経後のホルモンバランスの変化などがあります。高齢化社会の日本では現在、1100万人を超える骨粗鬆症患者がいると推定されています。骨粗鬆症の初期は痛みなどの自覚症状が現れにくく、病気が進むにつれて次第に背骨が曲がる・身長が縮むといった症状が現れ始め、さらに進むと骨折を起こしやすくなります。

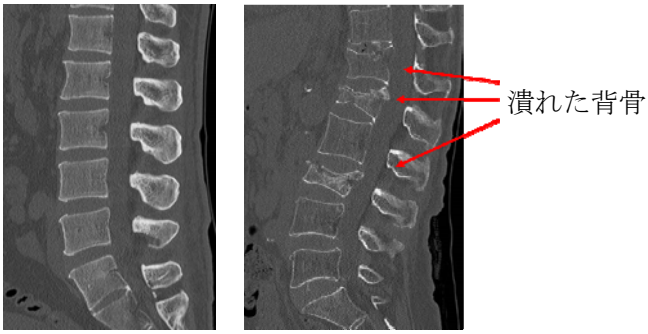
2. 骨粗鬆症性椎体骨折（圧迫骨折）

最近「いつのまにか骨折」と耳にしますがこれは背骨の骨折で、背骨の骨折は高齢者では多く見られ、70歳代の約30%に骨折があると報告されています（図1）。骨粗鬆症により骨がもろくなると、尻もちや転倒などちょっとした衝撃で容易に骨が折れてしまうことがあります。こうした骨折を「骨粗鬆症性椎体骨折」といいます。

症状は背中や腰の痛みです。動作をするとき、特に起床時や立ち上がるときなどに痛みが強く出ます。ただし、ひと月ほどで潰れた骨が固まると痛みは次第におさまります。治療は痛みのある間は痛み止めを用いて痛みを抑えます。その間安静にすると体力が落ちてしまうので、痛みに応じて動ける範囲で動き、生活のスタイルを保つがことが重要です。（長期間ベッド上で安静にすることで認知症の状態が進行したり、足腰が弱ってしまい痛みが取れても寝たきりのままになってしまうことがあります。）痛みが落ちついた（骨折が固まった）あとは、今後骨折をきたさないよう骨粗鬆症の治療を行っていくことが重要になります。

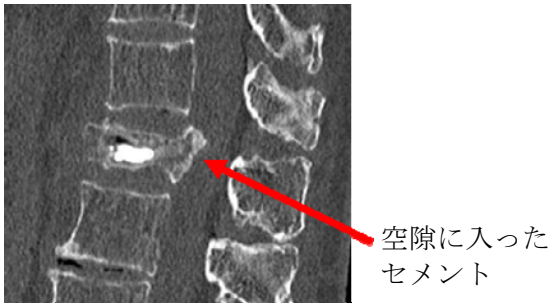
多くの方はこの保存療法で改善しますが、骨折した骨がうまく固まらないことがあり（偽関節「ぎかんせつ」と言います）、いつまでたっても痛みが残ることがあります（図2）。また、骨がつぶれたり変形したりして、背中の神経を圧迫すると、しびれ・痛みや下肢の麻痺などの神経症状をきたすこともあり、こうした場合は手術が必要となります。

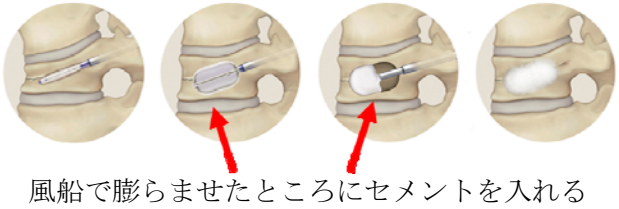
現在こうした偽関節を生じた場合には、針を使ってセメントを注入する手術が可能です（図3）。手術当日に体を動かすことができ、早ければ手術翌日にも退院が可能です。この手術は当院でも可能ですので、もしなかなか良くならない腰痛でお困りでしたら一度ご相談ください。



（図1）正常な背骨と圧迫骨折を起こした背骨

（図2）圧迫骨折偽関節





（図3）空隙にセメントを入れる手術

センター南駅前 内科おなかクリニック

院長 ご挨拶

虎の門病院 消化器内科で６年間お世話になった後の2016年6月に横浜市営地下鉄のセンター南駅の前で開業しました。虎の門病院時代は内視鏡を用いた消化器内科の診療を中心に従事しました。そして消化器関連だけでなく様々な分野の名医達に囲まれ、非常に有意義な時を過ごすことが出来ました。このようなことを糧にし、分院まで車で15分ほどの距離のセンター南駅前で、一般内科と消化器内科を専門に診療しております。内視鏡検査、腹部超音波検査など幅広く行っていますので、詳細はホームページをご覧ください。この地で自分の出来る精一杯の診療を行い、必要な場合は虎の門病院に紹介させていただいています。今後とも宜しくお願いいたします。

●ドクター紹介

院長　小川 修
（おがわ　おさむ）

＜資格＞
内科学会 総合内科専門医、日本消化器病学会 消化器病専門医/指導医、日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医/指導医、カプセル内視鏡学会 指導医

＜経歴＞
1995年　滋賀医科大学医学部 卒業
1995年　亀田総合病院 初期研修医
1997年　国立国際医療センター 後期研修医
1999年　昭和大学藤が丘病院
（医局派遣：榛原総合病院、河北総合病院、カソリック大学病院留学、湘南中央病院）
2010年　虎の門病院消化器内科 医員
2016年　センター南駅前内科おなかクリニック開院

【診療科目】
内科・消化器内科

【院内写真】

（受付）

（待合室）

（診察室）

（検査室）

【診療時間】基本来院順で丁寧に診察を進めます。

		月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	外来	●	●	●	●	●	●	◎
12:30～16:00	検査	●	●	－	●	●	－	－
16:00～18:00	外来	●	●	－	●	●	－	－

◎…不定期で月1回のみ予約検査
※診察の受付は午前8:50、午後3:50から開始します。

【休診日】水曜午後、土曜午後、
日曜（不定期で月3-4回）、祝日

【アクセス】
横浜市営地下鉄ブルーライン センター南駅 駅前

センター南駅前 内科 おなかクリニック
■〒224-0032 神奈川県横浜市都筑区茅ケ崎中央6-1
サウスウッド３階
■電話　045-507-7522
■URL　http://cm-onaka.com

虎ノ門の虎、その後の後

虎の門病院　元副院長
シミュレーションラボセンター顧問　中西　成元

昨年「虎の門の虎、その後」を書いた。それから１年経った。昨年書いたようにすさまじい勢いで虎の門周辺は変わりつつある。なにかと不安が漂う今日の世界情勢のなか、東京都も例外ではない。石原元都知事時代のことは忘れ去られ、舛添前知事も葬り去られ、小池知事も勢いはない。しかし、決定したオリンピックは２年後に迫り、遮二無二に準備がなされるとともに、それに伴ってさまざまな事業が進められている。そのような中で虎の門病院も新しい病院の建築が進み、地上高く建物が現れてきている。ほぼ同時にホテルオークラの新棟の建物も病院より高くそびえ立ちつつある。新病院の基本方針に国際化と災害対応が加わったが、実はこれも舛添前都知事が都政で打ち出した方針と関連している。その新病院は１年後に完成し、来年の５月１日の引っ越しが楽しみである。病院同窓会・レジデント同窓会は病院の好意により会員向けに内覧会が行われる予定であり、ぜひ多くの同窓の方々に新しい病院を見ていただきたいと思っている。さらに周辺にも再開発が目白押しである。

筆者は１５年ほど前に病院の広報誌に虎ノ門周辺つれづれを３年ほど連載したことがあった。当時とあまり変わらない風情もあれば、大きく変わったもの、今まさに変わろうとしているものもある。

変わらないものの代表が地下鉄虎ノ門駅の８番出口の脇にある小さな虎の像である。以前も書いたとおり一等地にあるのにあまりにも小さくて目立たず、相変わらず知る人は少ない。もう一つ変わっていないものにこんぴらさん（金刀比羅宮）がある。敷地内に大きな琴平タワーが建ってから１０年以上経っている。しかし毎月１０日に行われている祭礼も年々寂しくなってきたのは否めない。

最も変わったのは虎の門病院の前の道路である。この道路も３年経ち、街路樹の花水木も根付きすっかり落ちついてきた。

周辺には他にも進行中の再開発プロジェクトが多数ある。そのうち赤坂１丁目再開発で赤坂インターシティーAIRが昨年１０月に完成し、巨大なビルが現れた。その中で虎の病院の健康管理センター・画像センターが稼動を始めた。そしてOB によるメディカルモールも開院した。さらに森ビルを中心にした虎ノ門ヒルズ国際新都心構想に基づき、地下鉄虎ノ門新駅を中心にした都市づくりが一気に加速しつつある。虎ノ門駅前地区には虎ノ門ヒルズステーションタワー、同１丁目地区には虎ノ門ヒルズビジネスタワー、同レジデンシャルタワー、気象庁・港区教育センター、同４丁目には虎ノ門トラストシティワールドゲート、その他愛宕地区、虎ノ門麻布台地区の再開発などが、目白押しである。

これらのプロジェクトによって新しい駅、巨大なオフィス群、多くの住居、多数の商業店舗、広い緑地空間、超高級ホテル、超先進医療を提供する病院などを備えた複合都市が国の中枢に近接した場所に現れる。既存の大使館、美術館、建物・施設、道路や地下鉄などの交通インフラとも一体化した未来都市である。すべてのプロジェクトはオリンピックに照準を合わせており、虎ノ門が異次元の町になるのも目の前である。

「虎ノ門の虎」は今日も交差点のかたわらに小さく歯を剥き出して座っている。台座から眺めるその目には、大きく変わりつつある虎ノ門周辺の景色はどのように映っているのだろうか。

人間ドック　総合受付

赤坂虎ノ門地区　夜景

2019年5月開院予定　新病院について

新病院　完成予想図

総合受付イメージ

外来エリアイメージ

虎の門病院（本院）の建替えを含めた「虎ノ門二丁目地区再開発計画」が東京都により都市計画決定され、新病院竣工に向けて準備が進んでいます。現在は、地上13階建てですが、新病院では地上19階建ての超高層病院となります。

現在は新病院の外観がほぼ出来上がり（右写真は3月末の様子）、内装工事を行っているところです。多くの方にプライバシーを確保した空間で快適にお過ごしいただけるように、新病院では病床個室が大幅に増えます。

開院は1年後の2019年5月予定です。ご期待ください！

建築概要	新病院	現病院
病床数	**830床**	868床
延床面積	約**86,000**㎡	約60,000㎡
建築物の規模	地上**19**階、地下**3**階	本館：地上8階、地下2階 新館：地上13階、地下4階
建築物の高さ	約**99**m	約60m

TORANOMON

人間ドックに関するお問い合わせ

虎の門病院付属　健康管理センター・画像診断センター

〒107-0052　東京都港区赤坂1-8-1 赤坂インターシティAIR 5階

TEL　03-3560-7777

平日　11:00～16:30（土・日・祝日は休み）

WEB　虎の門病院　人間ドック　検索

http://www.toranomon-dock.jp/

スマートフォンの方はコチラから

当院でセカンドオピニオンの提供を受けたい方へ

他の病院におかかりの患者さんで、ご自分の病状や治療方針について現在おかかりの医師以外の意見をお求めの方へ対し、当院各科専門医（部長・医長クラス）による特別相談をお受けしております。（完全予約制、紹介状必要）

（料金）30分：21,600円（延長15分毎：10,800円追加）

（担当）本院医療連携部　03-3588-1111 内線4106

分院医療連携部　044-877-5111 内線5141

×６１－００３０