

Voice Special Part 1

患者さんの声

患者さんの想いに触れるために

私たちは、「患者さんのために」という想いを胸に、常に努力を続けています。しかしその一方で、その想いや私たちの行動が、「本当に患者さんのためになっているのか?」「もしかして提供している私たちの独りよがりになっているのではないか?」という不安も、常に持ち続けています。

『患者さんのためになること』 『患者さんの想い』

きっと、それは患者さんそれぞれの価値観によって異なるはず。しかし患者さんが持っている「想い」に触れる機会を積極的に持たなければ知ることができません。そしてその機会を得ることは、私たちにとって、とても価値ある出会いであると考えています。

私たちが続けている努力が独りよがりにならないよう、それぞれの患者さんの想いに、できる限り寄り添えるよう、私たちは毎年第三者機関による「患者満足度調査」を実施しています (QLife)。

本年度も田端駅前クリニックで同調査を実施いたしました。

本調査にご協力いただき、誠にありがとうございました。

今号から2回にわたり、その結果をお知らせいたします。1回目の本号では、4項目5段階評価結果を中心にしたレポートです。

数字が語ること 数字に学ぶこと

やや満足以上を「満足評価」とみますと、全4項目で **80%を超える方が満足しているという結果となりました**。しかし、前回の結果と比較すると、全項目で厳しい評価となりました (前回以前の結果は田端駅前クリニックのホームページをご参照ください)。

これは、前回高評価であったことを受け、「もしかしら、心のどこかで私たちが慢心してきた結果ではないか」という大きな反省の機会を与えてくれました。

●「スタッフはフレンドリーな方が多いが、会話をしてくれない人もいる。透析は人間相手のことだからせめて挨拶くらいはして欲しい」(50歳代、男性)

●「スタッフは皆いい人ではありますが、気軽に相談できる雰囲気がない」(50歳代、男性)

しかしその一方で、こんなご意見も。

●「院長先生、スタッフの方が変わってクリニックの雰囲気も良くなったと思う」(30歳代、男性)

●「医師及び従業員の対応が大変素晴らしい」(40歳代、男性)

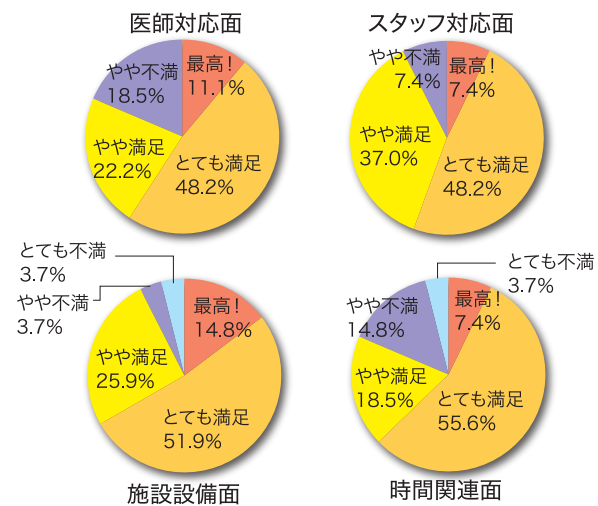
私たちは、人を介して医療を提供しています。だからこそ、人が変わることで医療の質が低下してはいけない。分っているはずのことでも、患者さんがご自身の想いを私たちにぶつけて下さったことで、改めて開眼させられた結果の一つです。

編集部から

創刊号については、多くの励ましの言葉を頂戴し、スタッフ一同お喜びです。2月は年に1度の患者さんからの評価 (アンケート) 結果の公表です。襟を正して、改善を継続していく。改めてその力を見直したミカンも改良の成果でしょうか、ますます皮が薄く甘くなっているような気がします。(DS)

Oasis Heart 編集部 医療法人社団 Oasis Medical 内
〒114-0014 東京都北区田端 1-21-8NSKビル 4F TEL03-3823-9060 FAX03-3823-9061
東京での夜間透析、臨時 (旅行等) 透析はアクセスのよい
東京新橋透析クリニック (03-6274-6320 www.toseki.tokyo)、田端駅前クリニック (03-3823-9060 www.tbt-toseki.jp)

■2015年度 患者満足度調査の結果



■評価内容	
医師対応面	説明の明快さや信頼感、相談のしやすさ等
スタッフ対応面	看護師やスタッフの言葉づかい、態度、状況確認等
施設設備面	診察室の設備や雰囲気、待合やトイレの快適さ等
時間関連面	診察や会計の待ち時間、診察・治療時間の長さ
■属性ほか	
調査機関	2015年9月1日~9月30日
対象患者数	65名
回答者数	27名 (男性24名、女性3名)
回答率	41.5%
回答方法	スマートフォン 1名 (男性) PC 7名 (男性6名、女性1名) BOX 投稿 19名 (男性18名、女性1名)

なぜ、私たちが患者さんの声を大事にするのか?

アンケート調査であったとしても、患者さんご自身が正直な想いを伝えてくださることは、大変な勇気が必要であると思います。だからこそ、私たちはその事実を真摯に受け止めなければならないと考えています。

『医療は人を介して提供されるサービス』

患者さんからの想いを受け取ること。すべてはそこから始まります。実は、「測定されないものは、決して改善されない」のです。だからこそ、私たちはこの測定の結果を大事にしているのです。

今回の総評としましては、全体的に80%以上の患者さんが満足している結果となりましたが、自由回答項目で寄せられた中には、更に私たちの背中を押して下さるご意見が多数ありました。

次号では、そんな患者さんの声に耳を傾けるスタイルでレポートする予定です。

Oasis Heart

オアシスから心をこめて...



第2号 2016.02

院長のとおきのお話

“元気ができる透析医療のコツ”

透析といっても実は様々な「透析」があります。

あなたが、これまで以上に健康になりたいとお思いなら、この話を少し聞いてください。あなたの利益になることです。あなたの体の状態がより良い状態になるためには、実はいくつかのコツがあるのです。そのコツについてこれから毎回お伝えしていきたいと思います。

コツの第1番目。それは透析時間についてです。透析時間? そんなのわかっていると思われるかもしれませんが、しかし、この事実を知ると愕然とすることでしょう。

透析時間が死亡のリスクを下げる

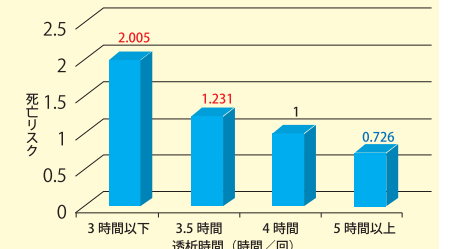
この事実についてお話ししましょう。グラフは2009年に日本透析医学会から出された透析時間と死亡リスクの関係を示したものです。

このデータの意味するところは、標準的な4時間透析している患者さんの死亡リスクを1とすると、3時間以下では2倍もリスクが高いことが示されています。逆に5時間以上では0.7倍とリスクが低くなっています。

つまり、透析時間が長いほど、死亡のリスクが減少するということです。

現在、4時間透析が一般的ですが、5時間、6時間透析を実施している施設も増えてきています。日本国内における透析患者の10年生存率は約36%で、6時間以上の長時間透析を行っている施設の10年生存率は80%にまで達するという報告もあります。

図 透析時間と死亡リスクの関係



この他、たとえば長期合併症である透析アミロイドーシスの原因となるβ2-MG など分子量の大きい物質の除去は、透析時間が最大の規定因子で、時間をかけないと除去できません。また、短時間の透析では急激な体液量および溶質濃度の変化により、急激な血圧低下や下肢つれなどが出現するリスクが増加します。

一方、長時間透析では次のようなメリットがあります。

- ✓ 透析中の血圧低下や下肢つれの減少
- ✓ 疲労感の軽減
- ✓ 掻痒感や色素沈着の減少
- ✓ 貧血の改善
- ✓ 血圧の安定
- ✓ 動脈硬化進行抑制
- ✓ 心不全予防

どうでしょうか?これほどのメリットがあるのです。

それだけではありません。十分な透析を行うことで、内服薬が減り、食事制限も緩やかになることもポイントです。このように長時間透析には様々な利点があります。

●田端駅前クリニックでは長時間透析を推奨します。5時間、6時間透析をご希望の方はご相談ください。

(田端駅前クリニック院長 青木 竜弥)

今月の心を元気にするペップトーク

今あるものでベストを尽くそう!

提供: 一般財団法人日本ペップトーク普及協会
理事 占部正尚 http://www.peptalk.jp
参考書籍: ビジネス・ペップトーク (日刊工業新聞社)

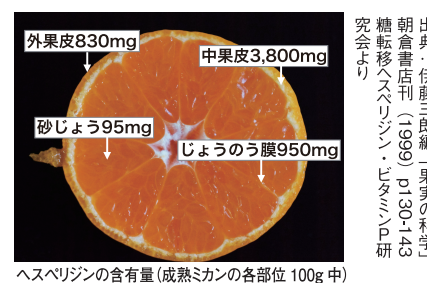
【解説】 上の言葉は、交通事故で負傷して車いす生活を余儀なくされながらも、日本を代表する車いすアスリートとなり、パラリンピックで日本人初の冬季夏季での金メダリストとなった土田和歌子選手の著書『今を受け入れ、今を越える』から得た言葉です。多くの人は、今あるものよりも“無いもの、足りないもの”に目を向け、「だから出来ないんだ」「どうせ私なんか」といった愚痴を言いがちです。しかし、「無いものは無い、無理なものは無理」と考えてみてはいかがでしょうか。「今あるものでベストを尽くす」というスタンスで物事に取り組むと、今まで見えなかった方向性が見えたり、思いがけず周囲の応援が得られたりするものです。少なくとも、良い方向へ進む可能性が広がります。

- 【無いものねだり】 治療に時間を取られて勉強できない。
- 【今あるもの指向】 治療の合間の時間を有効活用しよう。

ビタミン C 以外にも豊富な有効成分

まだまだ、こたつがほしい季節です。今はエアコンや床暖房などが多くなり、こたつが減っているようですが、暖かいこたつの中でミカンを食べ、ゴロツとしていて気持ちいいですね。そこで今回は「ミカン」についての豆知識をご紹介します。

ご存じの通りミカンは、ビタミン C が豊富で風邪予防に効果的と言われますが、実はビタミン C 以外に免疫力を高める「β-クリプトキサンチン」や毛細血管を強化する「ヘスペリジン（ミカンの白いすじ。ビタミン P もという）」という有効成分も豊



ヘスペリジンの含有量(成熟ミカンの各部位 100g 中)

出典・伊藤三郎編「果実の科学」朝倉書店刊(1999) p130-133
糖転移ヘスペリジン・J.M.N.H.A. 研究より

富です。「β-クリプトキサンチン」は人参に多く含まれるカロテン、トマトのリコピンなどの仲間です。透析をされている方は便秘でお悩みの方も多いと思います。ミカンには整腸作用のある「ペクチン」も含まれます。実と袋に豊富ですので、皮をむいたらそのまま食べたほうがお得そうですね。

水分とカリウムの含有量は

透析をされている方にちょっと心配なのが「水分」と「カリウム」ですが、100g のミカン（大き目のもの 1 個）の水分は 86.9g で、他の果物と同じくらいです。カリウムは 150 mg 含まれ、1 個程度であれば果物の中では少なめです。ミカンは簡単に食べられるため、つい 2 個、3 個と手が伸びてしまいますから、カリウムは少なめでも数には気を付けてください。2 個半食べるとカリウムの王様「バナナ」と同じ量になります。また、2 個食べたらず 1 杯分の水分を摂ることになります。食べた分、飲み物を減らさるといいですね。

色々とミカンのうん蓄を述べましたが、

コンビニ弁当や外食が多いと野菜不足になりますので、おいしいミカンでビタミン C 補給をしてはいかがでしょうか？

常温で 2～3 週間はもちますから、あわてず 1 日 1 個ずつお召し上がりください(ミカンを食べた日に他の果物は控えましょう)。



アロマ効果の香りの成分

完熟したミカンの皮の甘酸っぱい香りは、リラクゼーション効果のある「リモネン」を主とする精油です。

食べ終わった後も部屋にミカンの皮を置いておけば、ちょっとしたアロマ効果も得られそうです。ミカンの皮がカラカラに乾燥したらお風呂に入れてもいいですね。リラックスして血行が良くなるとも言われています。ただ、入れすぎると肌への刺激になるのでほんのり香る程度に……。

ミカンは捨てる場所がない果物ですし、種類も豊富です。旬のモノをおいしく食べてください。(J.T)

コンシェのちょっとしたいい話

健康保険の場合)」と確かめるとよいでしょう。

転居される場合のお手続き

透析歴の長い方はご存じと思いますが、転居の時も障害者手帳の住所変更など多くの手続きが必要になります。市区町村への転入届をすませた後、できればその場で済ませておきましょう。手続きに必要なものは、市区町村によって違うことがあります。ご不明な点や詳細については、お住まいの市区町村の窓口機関へおたずねください。

かかりつけの透析施設へ、新しい住所と連絡先を知らせることも忘れないでください。

まだ寒さが続きます。お体にお気を付けて風邪などひかれませぬようお過ごしください。(O.K)

透析人生 山あり谷あり ①

「厚く高い壁」とは……

前回は、1967 年に人工透析治療が保険適用となりましたが、まだすべての腎不全患者がその治療を受けられる状況にはなかったことを、当時の新聞記事から紹介しました。そこには、「まだ厚い高い壁が立ちだかかって動こうとはしない」と表現されていました。

さて、その「厚い高い壁」とはなんだったのでしょうか？

負担——金の切れ目が、生命の切れ目

1971 年(昭和 46 年) 3 月分の人工透析の個人負担額例 関東地方病院

性別	年齢	透析開始年月日	保険負担率	負担金額(円)
A 女	51	S45.11	50%	123,155
B 女	52	45.11	50%	86,325
C 女	49	45. 7	50%	120,175
D 男	14	45. 6	50%	105,391
E 男	13	45. 4	50%	141,153
F 男	33	45. 8	30%	101,281
G 女	33	46. 3	30%	223,520
H 男	26	44. 2	50%(医療保護自己負担)	10,750
				平均 113,939

一つには、高額な治療費による経済的負担でした。

当時の医療保険制度では、被用者保険（一般に社会保険と言われている）本人のみ自己負担はなく、社会保険家族は 5 割、国民健康保険は 3 割の負担となっていました。

上の表は、当時（1971 年）の関東地方のある病院での透析患者の自己負担額を示したものです。平均でも 10 万円を超える負担が、透析を続ける限り毎月必要であったことが分かります。

現在でも透析にかかる医療費は、一般的と言われる 1 回 4 時間・週 3 回で約 40 万円ですから、3 割の負担が必要となった場合には、同程度の自己負担を要することになります。

ただ、これは 45 年前のことです。当時の物価を例に挙げてみます。ラーメン 180 円・そば 100 円・あんぱん 30 円・カレーライス 180 円・牛乳 28 円・銭湯 40 円・理髪料金 640 円・ガソリン 57 円・新聞



1970 年といえば、一人類の進歩と調和をテーマに掲げて開催された大阪万博の年。様々な矛盾を孕みながら高度経済成長を突き進んでいる時代です。

購読料 900 円・国立大授業料 12,000 円・銀行大卒初任給 45,000 円 等々。いかにその負担額が大きいものかが分かります。この負担に耐えられなければ、透析を続けることはできない。当時、透析患者にとって、「金の切れ目が、生命の切れ目」と言われた所以です。

人工腎臓の絶対数の不足——自分が透析を受けられるということは

二つ目の壁は、人工腎臓の絶対的な不足でした。

1967 年の保険適用後でも、1970 年(昭和 45) で 666 台、翌 1971 年(昭和 46) でも 1,575 台でした。当時、透析を必要とする患者は約 10,000 人いたと言われており、その台数は極端に不足している状況でした。

当時、自分が透析を受けられるようになったということは、人工腎臓に「空き」が出たということであり、それは即ち、ある患者の死を意味していました。

ちなみに、現在（2014 年 12 月 31 日）の日本国内の人工腎臓の台数は 131,555 台、患者数 320,448 人です。最大で 432,433 人まで治療可能となっています。

患者の選択

人工腎臓をめぐる経済的負担と台数の絶対的不足から、患者の選択が行われました。このことを象徴するのが、前回紹介した「覆面委員会」の写真です。現在では、

「患者が選択される」という事実が明らかになれば、大きな社会問題となるに違いありません。しかし、当時の透析医療状況からすれば、限定された条件のもと「苦渋の選択」として行われたものと想像します。

では、どのように選択されたのでしょうか。1971 年当時、京大病院人工腎臓スタッフ会議の記録があります。

1. 医学的基準

①適応症であること、②ガンや長期間続いている合併症がないこと、③若い人は原則としてジーン移植を考慮、④体力が必要だから年齢は 50 歳まで、⑤意志強固で性格が安定し自己管理能力があること（精神科医の性格分析を参考にする） など

2. 社会・経済的基準

①原則として本人の医療費負担がゼロであること、②家族が治療に協力的であること、③勤務先の会社に患者を温かく迎えるという誓約書を書いてもらうこと、④自宅、病院、会社がお互いに近いことなど、前述した健康保険 10 割給付の勤務先のある世帯主を想定した内容になっていることが分かります。

この非情で過酷な状況のなか、選択される当事者となった患者（家族）はどのように対応したのでしょうか。今回はこの「壁」の解消に向けた患者の動きを追っていきますが、ここに「医療の主体は患者」ということの原点があるような気がします。

(山咲 謙)