Masuko Memorial Hospital
Masuko Clinic Subaru

ますこはる新聞

医療の近未来予想と腎臓病治療の新展開

衆済会　理事長　増子記念病院　院長　両角國男

新年を迎えました。皆様に素晴らしい出来事の多い年になることを祈念します。今年の干支は、「丙午：ひのえうま」で、60年に一度めぐってきます。1966年の丙午では出生率が25%も低下しましたが、現在の出産年齢の人が迷信に惑わされ女児誕生を避けることはないと信じています。日本の出生率低下は深刻で、現在の1億2350万名が2070年には9000万名以下まで減少すると予測されています。人口が急速に減少し、高齢者の増加する社会に明るい未来は望めません。

人工知能（AI）を皆さんはご存じですか？現在のAIは深層学習して成長した生成AIです（ChatGPTなど）。生成AIは特化型AI（弱いレベルのAI）で、人間の英知を超えるレベルにはまったく到達していません。AIは進歩すると人間のように幅広い分野で柔軟に対応学習する汎用型AIとなり、近未来の医療従事者の減少した医療対策の切り札になる期待があります。

医療におけるAIの現状はどうなっているのでしょうか？レントゲン、CT、MRIなどの画像診断能力は実用レベルで、検診などでは有用です。病理検査の「ガン」診断、内視鏡診断などは急速に性能が向上し参考資料として見落とし防止に役立ち、診断の効率化に貢献します。電子カルテの記載から紹介状作成、診療経過の要約作成など医師の診療時間を増やすことができます。患者さんの話した内容を時間軸に沿って要約し電子カルテに入力することはAIが手助けします。しかし、AIに提供される情報に間違いがあれば、AIは間違った結果を示します。当然ですが「医師や専門職を完全に置き換える存在」ではありません。医療の基本は、心を通わせる相互信頼のなかで展開されます。患者さんのために最高の医療を提供する増子記念病院を目指します。

増子記念病院に通院される多くは慢性腎臓病（CKD）患者さんです。慢性腎臓病は、腎臓病の病名ではありません。腎臓病への社会全体の関心を高め、腎臓病の悪化を防止するための取り組みとして導入された概念です。IgA腎症、ネフローゼ症候群、多発性嚢胞腎、高血圧性腎硬化症などが病名です。最近、糖尿病の治療薬であるSGLT2-阻害薬が各種腎臓病での腎機能悪化速度の鈍化や心不全悪化を阻止させることが証明され、多くの皆さんが内服していると思います。糖尿病ではないのになぜ必要？尿糖が強陽性となり尿が泡立つなどの不安や疑問をお持ちの方もあると思います。腎臓を保護する新しい治療薬の効果を多数の事実が示しています。治らない腎臓病でも悪化させなければよいと考えてください。SGLT2-阻害薬は魔法の薬ではありません。薬物療法、血圧管理、食生活、日常の良い生活習慣を守ってこそ、最大の効果が期待できます。元気にお過ごしください。

糖尿病患者さんは足病変にご注意を！

Topics

フットケア指導士　加藤祐希

糖尿病ってどんな病気？

糖尿病は、インスリンの作用が十分に働かず、ブドウ糖がうまく利用できないために、血糖値が通常より高い状態が続く病気です。
糖尿病を発症し長い経過をたどると、体の血管を傷つけ、さまざまな臓器の障害を引き起こすことがあります。中でも特に気を付けていただきたいのが、糖尿病による合併症です。

＜糖尿病の主な合併症＞「しめじ」と「えのき」

し：神経障害
め：眼（網膜症）
じ：腎臓（腎症）

え：壊疽
の：脳卒中
き：虚血性心疾患

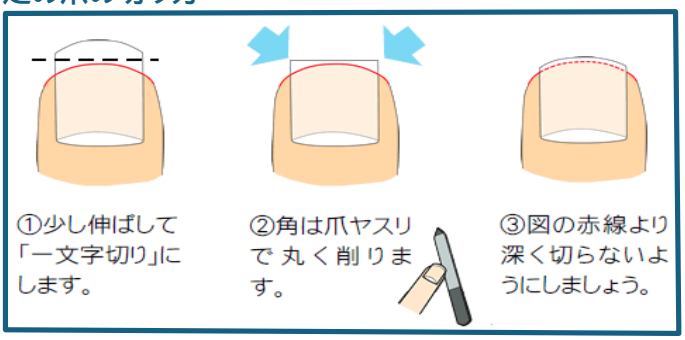
今日からできる！足のお手入れ

糖尿病があると、足の血流が悪くなり、傷や感染が治りにくくなることがあります。小さな傷でも放っておくと大きな病気につながる事があるため、毎日の「足のケア」がとても大切です。

毎日の「足のケア」

・毎日足を洗う　・湯加減は手で確かめる
・肌に刺激の少ない石けんで洗う
・洗った後は水分をしっかり拭き取る
（特に指と指の間はよく乾かす）

足の爪の切り方



見逃さないための観察ポイント

・チェックする時は、明るい場所、電気の下でみる
・皮膚色はどうか、痛みや痺れはないか
・傷や靴擦れ、巻き爪はないか
・爪水虫、タコ、魚の目はないか
・足の裏や、指の間もしっかり観察する
・自分で見えない人は家族等に協力してもらう

気になったことがあったら
外来受診時に
看護師へ声をかけてくださいね

フットケア学会公認キャラクターあしまるくん

腎臓病でも“おいしいごはん”を　当院監修の献立本が発売されました！

腎臓病患者2000万人の“食べたい”に応えるレシピ本『専門医が教える腎臓病のおいしい献立31日＆作りおき』が、当院院長と管理栄養士の監修で日東書院より刊行されました。腎臓病食に必要な「低タンパク・減塩」と「十分なエネルギー」を両立し、栄養計算不要で作れる31日分の献立と作りおき 計157品を掲載。肉・魚・豆腐・卵など多彩な食材を使い、減塩でも薄味を感じさせない工夫が満載です。患者さんとご家族の“おいしく続けられる食事”を支える一冊です。

「院内の売店、全国の書店でお求めいただけます」

2025年9月発売
日東書院

チーム医療センターの活動紹介～理学療法士の役割～

理学療法士は、チーム医療の一員として、CKD（慢性腎臓病）患者さんの生活を支える重要な役割を担っています。腎機能が低下すると、体力の低下や足の筋力の衰えが生じやすくなり、転倒のリスクが高まるほか、立ち上がりや歩行が負担に感じられるなど、日常生活に影響が出ることがあります。

そういった患者さん一人ひとりの腎機能や体調に合わせて、無理のない運動方法や日常生活の工夫を丁寧に提案し、安全に体を動かせるよう支援しています。体力や筋力を維持・向上させることは、「できること」を増やし、より良い生活を続けるための大切な一歩です。

＜具体的な支援の内容＞

① 身体機能のチェック

理学療法士はまず、患者さんの身体の状態を多面的に評価します。バランス能力や握力・足の筋力の測定に加え、InBody（体組成計）を用いた筋肉量・体脂肪量の確認など、さまざまな指標をもとに現在の身体機能を丁寧に把握します。

② 生活で困っている動作などの確認

続いて、日常生活で感じている不便や不安について理学療法士が丁寧に伺います。「歩くと疲れやすい」「立ち上がりが不安定」「階段が怖い」といった声は、生活の質に影響する大切なサインです。

患者さんと一緒に、動作を振り返りながら状況を整理し、どのような生活上の工夫ができるかを考えていきます。

③ 個別に合わせた運動・生活サポート

評価結果や腎機能の状態を踏まえ、無理なく続けられる運動や生活上の工夫を個別に提案します。実際に取り組んでみて感じたことを共有しながら、運動習慣が定着するよう、今後の改善点も一緒に検討していきます。患者さんの「できること」を増やし、安心して生活できるよう寄り添いながら支援を進めます。

より良い療養生活のために

■運動療法だけでなく、食事量の調整、アルコール摂取の制限、禁煙など、生活全体を見直すことが大切です。取り組む際は、主治医やかかりつけ医と相談しながら進めましょう。

■理学療法士は、運動指導や生活指導を通して、病気に対する不安を和らげ、前向きに向き合えるようサポートします。「できないこと」ではなく「できること」に目を向け、安心して日常生活を送れるよう、これからも寄り添ってまいります。

「ますこ・すばる新聞 令和7年度冬号」　発行元：増子記念病院 広報委員会（令和8年2月発行）

医療法人 衆済会 増子記念病院
〒453-8566
名古屋市中村区竹橋町35番28号
TEL:(052)451-1307 ／ FAX:(052)451-1324

増子クリニック昴
〒453-0856
名古屋市中村区並木1丁目322番地
TEL:(052)412-8211 ／ FAX:(052)414-2962