

- ◆ 1面 糖尿病網膜症って?/診療TOPICS《第5回》
- ◆ 2面 新型コロナウイルス新規変異株”オミクロン株”
- ◆ 3面 マイナンバーカードによる保険証確認が開始されました/おすすめレシピ
- ◆ 4面 外来診察医師担当表

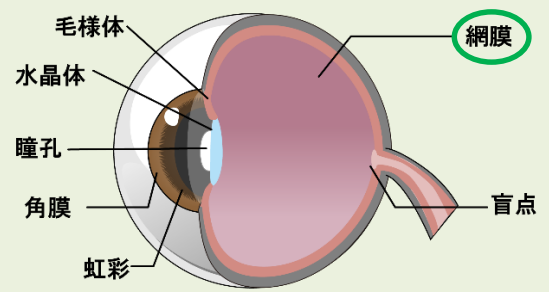
糖尿病網膜症って？

当院の眼科では、透析病院という事もあり、多くの糖尿病網膜症の患者様が受診されています。

糖尿病網膜症は、糖尿病腎症・糖尿病神経症と並んで**糖尿病の三大合併症**といわれます。糖尿病が原因で目の中の網膜という組織が障害を受け、視力が低下する病気です。定期的な検診と早期の治療を行えば病気の進行を抑えることができますが、実際には日本の中途失明原因の代表的な病気です。

糖尿病網膜症は、初期の段階では殆どの症例で自覚症状を伴いません。その為、**糖尿病と診断された方は早期の受診をお勧めします。**

網膜とは、目の中に入ってきた光を刺激として受け取り、脳への視神経に伝達する組織で、カメラでいうとフィルムのはたらきをしています。



眼に関する気になる症状や何かお困りの際は、眼科を是非受診ください。治療や検査について一緒に考えていきましょう！

診療 TOPICS 《第5回》

腎機能悪化を阻止せよ！

腎臓病・糖尿病とたたかう 井上病院



自分の食習慣や栄養バランスは問題ないかな…？

当院ではBDHQを用いた栄養指導を行っています！



BDHQ質問票(見本) ↓

ご自身の食事に対してはまる欄にチェック！

2017年8月より「いつまでも元気にプロジェクト」として、BDHQを用いた栄養指導を開始しました。現在、外来診療・透析棟で実施されています。

BDHQとは簡易型自記式食事歴法質問票という食事の質問票です。通常の食事記録では、ある一時点での食事内容しか把握できませんが、**BDHQでは最近1か月の食習慣や食事・栄養の摂り方を知ることができます！**

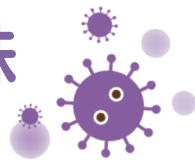
この結果をもとにいま悩んでいる健康問題の原因を推測することができます。栄養指導では管理栄養士が患者さんと一緒に原因に対するアプローチを考え、少しでも取り組みやすい提案を行っています。

15分ほどで回答できますので一度お試しくださいと幸いです。

**ご自身の食事傾向を知り、健康の維持・増進に役立ててみませんか？
ご興味のある方は、診察の際に医師やスタッフにお声かけください！**



新型コロナウイルス新規変異株 オミクロン株



世界的な感染拡大が認められている新型コロナウイルスは、各地で様々な変異株が報告されています。

オミクロン株は、2021年11月24日に南アフリカから報告され、アフリカ地域をはじめ、ヨーロッパを中心に世界各国から報告されています。

日本では、2021年11月30日に国内初の感染が空港検疫で確認され、2021年12月22日に国内初の市中感染例が大阪府内で確認されました。今年に入り、過去最速で感染拡大しています。

敵を知らなければ戦えません！
オミクロン株について
一緒に学んでいきましょう！



免疫への影響

これまでに確認されている変異株と比較し、最も多くの変異が確認されており、基準株と比較してスパイクタンパク質に30ヶ所のアミノ酸置換を有しています。その中にはこれまでに感染力や免疫逃避に係っているとされているアミノ酸置換も含まれていることから、ワクチン効果への影響、再感染リスクの増加への懸念が指摘されています。

時間の経過と共にワクチンの有効性は低下していますが3回目のワクチンを接種することで、ワクチンの有効性や入院を防ぐ効果も改善しています。

	α アルファ	β ベータ	γ ガンマ	δ デルタ	○ オミクロン
感染力	↑	↑	↑	↑↑	↑↑↑
重症化リスクなど	入院・重症化死亡リスク 高	入院リスク 入院時死亡率 高	入院 重症化リスク 高	入院リスク 高	入院リスク 低いか
ワクチン効果	感 発 重 変わらず	発 重 変わらず	感 発 重 変わらず	感 発 重 変わらず	発 低下 重 ある 3回目接種で 発 重 も 上がる報告も
■ 感染予防効果 ■ 発症予防効果 ■ 重症化予防効果					

感染・伝播性への影響

南アフリカにおいてデルタ株からオミクロン株への急速な置き換わりが起こっていることから、デルタ株と比較して感染性が増加している懸念が指摘されています。

受容体に関与する部位の変化や、ウイルスの複製に関与する部位の変化に影響を与えるアミノ酸置換が存在することから、デルタ株よりも感染性が増加している可能性が懸念されています。

重症化への影響

世界保健機関の責任者は、2022年1月4日、オミクロン株の症状について、鼻やのどといった上気道の炎症を引き起こしやすいものの、ほかの変異ウイルスと比べて肺まで達して重症化するリスクは低いという見解を示しました。

予防について

基本的な感染予防としては、変異株であっても従来と同様に、



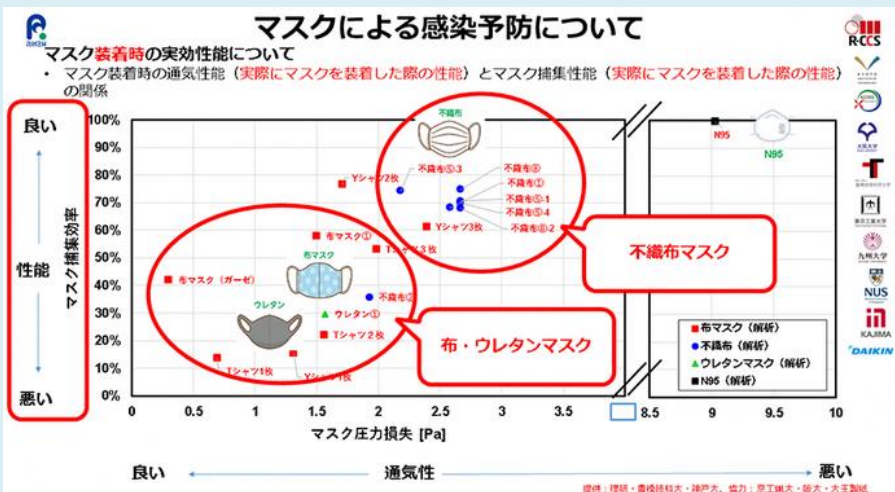
3密の回避



手洗い



マスクの着用(特に会話時)
などの徹底が推奨されます！



2021年10月20日より

マイナンバーカードによる保険証確認が開始されました！



マイナンバーカードの利用で
何ができるようになりますか？

○マイナンバーカードのICチップで患者さんの本人確認と、加入する医療保険の資格の確認ができます。**就職や転職・引っ越しをした際、保険証が切り替え手続き中でもマイナンバーカードで受診が可能**です。

※医療証等については確認できませんのでご注意ください。

○同意を得たうえで過去に処方された薬剤情報や、特定検診などの情報を医師が閲覧できます。

診療棟と透析棟の1階受付に機械を設置していますのでご利用いただけます！



※このシステムは開始されたばかりです。受診の際は保険証・医療証もお持ちいただきご利用ください。

① 来院

✓ 顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置く



② 本人確認

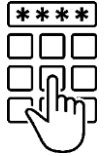
✓ 本人確認の方法を選ぶ

顔認証



暗証番号入力

または



③ 同意取得

✓ 各種同意事項の確認・選択

同意確認を行う事項

- 特定健診情報
40歳から74歳までの方を対象に、メタボリックシンドロームに着目して行われる健診結果の情報です。
- 薬剤情報
医療機関を受診し、薬局等で受け取ったお薬の情報です。

④ 受付完了

✓ マイナンバーカードを顔認証付きカードリーダーから取り出し、受付完了

高額療養費制度を利用する方のみ

✓ 提供する情報(限度額情報)を選択

くりかぼちゃサラダ

材料

- ・かぼちゃ・・・60g
- ・マヨネーズ・・・大さじ1/2
- ・甘栗(むき)・・・10g(小2個)
- ・塩・・・0.1g

作り方

- ① かぼちゃの種を取り、1cmの厚さに切る。
- ② 鍋に水を入れ5分程度茹でる。竹串が入るまでやわらかくなったらお皿に取り出し、フォークで粗めに潰しておく。(電子レンジの場合は、かぼちゃを耐熱皿に乗せ、大さじ1杯の水を振りラップをして600w 1分30秒加熱する)
- ③ むきぐりを1cm角に切る。
- ④ かぼちゃ・むきぐりをマヨネーズで和え、塩で味を調える。

栄養成分

エネルギー:119kcal
たんぱく質:1.7g
脂質:4.8g
炭水化物:17.4g
リン:39mg
カリウム:330mg



鮭のみぞれ煮

材料

- ・生鮭・・・1切れ75g
- ・片栗粉・・・小さじ1
- ・油・・・小さじ1
- ・大根・・・40g
- ・玉ねぎ・・・30g
- ・穀物酢・・・小さじ1
- ・しょうゆ・・・小さじ2/3
- ・砂糖・・・小さじ1/3

作り方

- ① 玉ねぎは薄くスライスし、大根は皮をむいて大根おろしにする。
- ② 生鮭に片栗粉をまぶし、油をひいたフライパンで蓋をして揚げ焼きにする。裏返しながら火が通るまで加熱する。
- ③ ②に玉ねぎ・大根おろし・穀物酢・しょうゆ・砂糖を入れて蓋をし、弱火で煮る。

栄養成分

エネルギー:173kcal
たんぱく質:17.5g
脂質:7.2g
炭水化物:8.2g
リン:200mg
カリウム:420mg



栄養管理科 監修

Winter
冬

お
す
す
め
レ
シ
ピ

You
Tube

公式YouTube「井上病院チャンネル」

井上病院の取り組みや疾患についてなど、随時更新を予定しています。皆さまぜひご覧ください！

チャンネル登録をお願いします→



Medical Note 《メディカルノート》

病気や症状のほか、お近くの医療機関・医師を調べることのできる医療検索サイトです。

特設ページ「当院の腹膜透析」→



井上病院の
外来診療

受付時間(内科) AM 8:30~11:30 PM 13:00~16:30
 受付時間(その他) AM 8:30~12:00 PM 14:00~17:00
 *は診療開始・受付終了時間が異なりますので、ご確認ください。(赤字は予約制)

内科

時間	月	火	水	木	金	土
AM	宮部 山村 岡村 【1・3・5週】桑原(呼)	岸本 山村 奥手(腎) 【1・3週】和田 【2・4週】石津	一居(腎) 吉田 竹内 鷹見(循)	大野(消) 木津(糖) 福永 西田(神)	大野(消) 岸本 木津(糖) 園田	辻本 岡本 【1・3週】伊藤(心)
PM	下村(糖) 前田(腎) 高井(循) 福富(肝)	辻本(糖/腎) 中村 高井(循)	藤原木(腎) 吉田 木津(糖)	土蔵(糖) 服部(腎) 塚本(循) 【2・4週】柴多(呼)	岩田 林(循)	-

糖:糖尿病内科 腎:腎臓内科 消:消化器内科 呼:呼吸器内科 肝:肝臓内科 循:循環器内科 神:神経内科 心:心療内科

外科・血管外科・形成外科

時間	月	火	水	木	金	土
AM	血管外科 谷村	外科 陶	-	血管外科 谷村	外科 藤原一* ※受付 11:30迄	形成外科 【2・4週】波多

整形外科

時間	月	火	水	木	金	土
AM	佐藤* ※診察 9:30~ ※受付 11:00迄 島田 ※初診 11:30迄	佐藤 濱田* ※診察 9:30~	佐藤	佐藤/担当医* ※不定期 【月1回】平中(膝)* ※診察10:00~	佐藤	【1・3週】佐藤 【2・4・5週】中原

リウマチ科

時間	月	火	水	木	金	土
AM	佐藤* ※診察 9:30~ ※受付 11:00迄	佐藤	佐藤	佐藤	佐藤	-

泌尿器科

時間	月	火	水	木	金	土
AM	大北	右梅	大北	右梅	大北	-
PM	-	大北* ※受付 16:30迄	-	-	-	-

眼科

時間	月	火	水	木	金	土
AM	米田* ※受付 11:30迄	米田	米田	米田	担当医	【1・3週】米田
PM	-	-	【1・2・4週】米田* ※受付 16:00迄 【3週】佐藤圭	【1・2・4週】米田* ※受付 16:00迄	-	-

