

はまかせ

風が運ぶお知らせ便り♪



Message

腎代替療法指導外来 (SDM外来) の開設

Information

- 看護部Instagram始めました
- 院長エッセイ「四季雑感」
有名無実の「オリンピック休戦決議」
- キラリ!!看護のスペシャリスト～Part13～
がん薬物療法看護認定看護師
- 地域医療連携センターからのお知らせ
県民公開講座(がんフォーラム)
- EBISU♥キッチン
～やさいの切り方②主菜編～さっぱり美味しい酢豚



nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp



Instagram

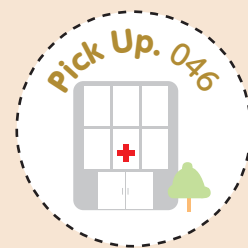
始めました

兵庫県立西宮病院 看護部

2026年新病院へ生まれ変わります！
看護部の情報やお知らせ 新病院情報など
楽しく配信しています



SDM外来の開設



透析室では新たな取り組みとして
2024年5月よりSDM外来を
開設しました。

関西SDM説明動画集
へのリンク



■ エスディーエム シェアード デジジョン メイキング そもそも、SDM(Shared Decision Making=共同意思決定)って何？

SDMとは、医学的な情報や最善のエビデンスと患者さんの生活背景や価値観など、医療者と患者さんが双方の情報を共有しながら、一緒に意思を決定していくプロセスです。

治療方針決定の代表的なアプローチには、「①パターナリズム」「②インフォームドアプローチ」、「③協働アプローチ」があります。①では、過去の経験や最新の知見に基づき医療者が意思を決定。②では、医療者が患者さんに選択肢・情報を提示し、患者さんが自己責任で意思を決定します。そして③では、医療者からの情報とともに患者さんからの情報も含め、患者さんのニーズに基づき話し合いを重ね、協働で意思を決定していきます。

治療方針を決める際、①～③のどれが適切かは状況によって変わりますが、唯一最善な治療法が明確でなく、治療法に選択肢がある場合には、②か③の手法がとられることとなります。ただし②では、提供された情報を正しく理解し、自ら意思を決定することが、患者さんや家族にとって容易でないことも少なくありません。そこで、QOLや予後への影響など、患者負担が大きい治療に関しては③が適切と考えられ、SDMはその代表にあたります。

SDMは各診療科の様々な場面で有効なアプローチですが、私たちが専門とする腎臓病は慢性疾患であり、治療選択・意思決定は患者さんの価値観やQOLに大きく影響するため、SDMが適している領域といえます。特に、腎機能の廃絶した患者さんがどの腎代替療法を選択するかという場面でSDMの手法が用いられており、当院で「SDM」と断りなく用いる場合は、「腎代替療法の選択の協働アプローチ」のことを意味しているとお考えください。

■ どうしてSDM外来が必要なのか

腎代替療法は血液透析、腹膜透析、腎移植の3つの治療法から構成されます。我が国では血液透析の患者が圧倒的に多く、透析患者の約97%を占める一方、腹膜透析の患者は3%程度に留まっています。当院の新規透析導入患者を振り返ってみても、2016年から2019年まで腹膜透析の患者数が0の状態が続き、血液透析への偏重を問題視していました。どうしたら腹膜透析を選択する患者さんが増えるか悩んでいた



ところ、血液透析を選択された患者さんからは、「腹膜透析なんて聞いたことがなかった」「(血液透析を選択して)こんなはずじゃなかった」といった声が聞こえてきました。各患者さんが主体的に療法選択を行っていないのではないかと思い、ベストな選択をしてもらえる意思決定プロセスとしてのSDM外来を開設する必要があると考えようになりました。

■ 腎代替療法指導外来 (SDM外来) 開設にあたっての取り組みと予約までの流れ

SDM外来の開設にあたり、2023年より透析室の慢性腎臓病療養指導士・腎代替療法専門指導士を中心に、スタッフ全員の慢性腎臓病・血液透析・腹膜透析・腎移植についての知識レベルアップを図るために勉強会を行いました。また、SDM外来を行うための部屋の確保、患者指導に使用する資料の作成などにも取り組みました。

SDM外来の対象者は、この先1年の間に、血液透析、腹膜透析、腎移植のいずれかの治療法の導入が必要と医師が判断したeGFR30ml/min/1.73m²以下の患者さんです。SDM外来の対象者が決定すると、腎臓内科の医師が透析室のスタッフに連絡をし、担当医師の受診を予約します。その後、外来での受診日に合わせて透析室看護師が診察に同席して顔合わせをさせていただき、担当看護師であることを説明します。そして、2回目の外来受診日にSDM外来の予約を行います。

■ SDM外来の支援内容

今年(2024年)5月よりSDM外来をスタートしました。SDM外来は、内科外来のある本館2階の看護外来で行っています。1人の患者さんに対して2回実施しており、1回目は、当院で作成した独自のアニメーションを用いて血液透析・腹膜透析・腎移植の説明を行います。その後、30分～1時間程度、対面で患者さんやご家族の思いなどを伺う時間を設けています。2回目は、透析室で血液透析が行われている様子を実際に見学していただき、腹膜透析は器械を用いて実技を行います。また、患者さんのご希望に応じて、実際に治療を行っておられる患者さんからお話を聞いていただけるようにもしています。

意思決定までの過程で聞こえてくる患者さんの声は、「治療を導入していく時期をできるだけ遅らせたい」という思いが大部分であるため、当院ではSDM外来の支援だけでなく、腎臓病の教育入院や腎臓病教室など透析に至るまでの支援にも力を入れています。SDM外来で関わった患者さんが実際に血液透析導入になると「顔見知りの看護師さんがいてくれたから

ホッとした。安心できた」など、感謝の言葉をいただいています。SDM外来から血液透析導入に至った場合も、患者さんやご家族の方から直接思いを伺い一緒に考えていったことから、信頼関係が築けているのではないかと実感しています。



今後、SDM外来において、患者さん・ご家族が望む治療の選択ができるように、私たち透析室看護師も最善を尽くしてお手伝いしていきたいと思っています。

透析室スタッフ一同
(腎臓内科部長 兼 腎移植センター部長 藤井 直彦 監修)



有名無実の 「オリンピック休戦決議」

今年、パリで第33回オリンピックが開催されました。日本選手のメダル獲得数も多く報道は特にヒートアップしていたように思います。しかし、華やかな開会式や競技とは裏腹に、本大会は最大7万5000人の警察官と兵士、警備員がテロ警戒に当たるなど厳戒態勢下の開催でした。オリンピックは平和の祭典といわれています。確かに、多数の警察官らに守られた競技場の中は「平和」かもしれませんが、平和の祭典が目指す本来の平和は、そのような「狭隘(きょうあい)な平和」ではなく「世界の平和」のはずです。ウクライナやガザでの戦争は、いまだに休戦に至らず今日も多数の尊い人命が失われています。古代ギリシャでは都市国家間の戦争が頻回に勃発しましたが、オリンピック開催中は休戦したとされています。このオリンピック休戦こそがオリンピックが平和の祭典と呼ばれる由来であり、これに倣って国際オリンピック委員会によってオリンピック休戦原則が提唱され、1993年以後はオリンピックの開催ごとに国連総会で休戦決議が採択されています。しかし、その拘束力は弱く、残念ながら今回のパリオリンピックでも休戦決議は守られないどころかウクライナやガザでの戦争は、むしろエスカレートの様相を呈し第三次世界大戦(核戦争)のリスクさえ危惧されています。

核戦争を描いた映画は多数ありますが、私は、まず「猿の惑星」(1968年)というSF映画の名作を思い出します。初めてこの映画を見た時、その奇抜なストーリーと猿の特殊メイクの緻密さに仰天しました。宇宙船が長旅の後に、ある惑星に不時着しますが、その惑星では進化した猿が人間のような社会生活を営み、知性を失った人間が奴隷のように扱われています。主人公の宇宙飛行士(チャールトン・ヘストン)は猿に捕まりますが、一部の好意的な猿の協力を得て何とか逃げ出すことができ、逃亡を続ける途中の浜辺で胸から下が地中に埋まった自由の女神像を発見し、その宇宙飛行士は自分が不時着

した惑星がなんと地球であることを悟ります。そして、絶望の中”We finally, really, did it, you idiots!”(ついに、本当にやっちゃったのかよ、馬鹿野郎!)と絶叫する有名なシーンで映画は終わります。このラストシーンが暗示するのは、人間は愚かにも核戦争を起こしてしまい、ほとんどの人間は死滅し人間の文明は破壊され、わずかに生き残った人間からは知性が失われ、ついには猿に支配されるようになったということだと思えます。猿が進化し人間ほどの知性を獲得することには私は懐疑的ですが、核戦争が文明を破壊し多くの人命を奪うことには疑う余地はありません。ウクライナ戦争が勃発した時、世界終末時計(核戦争などによる人類の終末までの残り時間を比喩的に示す時計)の針が10秒進められ、その創設以来最短となったとのこと。

兵庫県立西宮病院長

野口 眞三郎



天神祭り奉納花火(2023.7.25撮影)

天神祭りの奉納花火は、コロナでしばらく中止されていましたが昨年4年ぶりに復活し、今年は特に人出が多いようで大層な賑わいぶりでした。一瞬輝いて跡形もなく消える花火、華やかではありますが、儂い(あるいは潔い)人生の象徴のようにも思えます。

キラリ!!看護のスペシャリスト~Part 13~

数字で見る! がん医療の明るいお話



がん薬物療法看護認定看護師
中野 茜

昔はがんといえば「**がん=不治の病**」といわれることもありましたが、近年は予防法や治療法の進歩により「**がん=慢性の経過をたどる**」といわれるよう変わり、がんと診断されても長く生きることができるようになりました。

がんの原因となる遺伝子をターゲットにした薬物療法や個別化治療も積極的に行われています。

がんの5年生存率

約**64.1%** ↑

(男性62%、女性66.9%)

生涯のうちにがんになる確率は**2人に1人**です。
生存率は多くの部位のがんで向上しています。

がん遺伝子パネル検査費用

約**17万円** ↓

2019年から**保険適用**になりました。
高額療養費制度も使えます。
※17万円は3割負担の場合

治療と仕事を両立している方

44.8万人 ↑

がん患者の**3人に1人**は**就労可能年齢**といわれています。治療の場は、「**通院・外来**」が主流となり、仕事を続けやすい環境も整うようになりました。

第4期がん対策基本推進計画

**がん克服の
3つの目標**

国は、①**がん予防**②**がん医療の充実**③**がんとの共生**の目標を掲げ、がん対策の推進を図っています。

私達は**がんと共に生きる時代**によりよく生きるを支えます

- ≫ 治療だけでなく患者さんの望みや生活を守る視点を持ち最善策を考えます
- ≫ がんに関するさまざまな気がりやつらさに対して解決に向けて一緒に考えます
- ≫ がんの症状や治療で起こる副作用のセルフケアができるようにサポートします



がんに関する相談窓口(がん相談・がん看護外来)で支援しています



予約方法	地域医療連携センター窓口(本館1階)にお申し出いただくか、お電話でご予約ください
電話番号	0798-34-5151(県立西宮病院 代表) ※「がん相談」とお伝えください
受付時間	平日9:00~16:00(土日祝日をのぞく)

地域医療連携センターからのお知らせ

県民公開講座（がんフォーラム）

残暑厳しい中、いかがお過ごしでしょうか。
今年の夏は異常気象で体調を整えるのに大変でした。皆さまもご自愛ください。

さて、県民公開講座がんフォーラムのご案内です。今までのアンケートでご希望の多かった前立腺をはじめ、子宮卵巣、直腸の病気の内容に加えて、新病院のお知らせも行います。

今回は、“なでしこホール”で開催予定です。会場をお間違えのないように、お越しください。多数のご参加をお待ちしています。

テーマ **人に聞けない骨盤の中のがんのお話**
～前立腺・子宮卵巣・直腸～

日時 **2024年10月26日(土) 14:00～16:00**

場所 **なでしこホール** (西宮市高松町5-39なでしこビル8F)

※阪急神戸線・西宮北口駅 南口から徒歩1分
専用駐車場はございませんので、公共交通機関のご利用をお願いします。

講演内容 ○男・50歳、前立腺がん検診を！早めのチェックで変わる未来
○それってほんとにただの生理不順？～最近増えている子宮体癌～
○直腸がん治療の進歩～ロボットが手術する!?～
○新病院のお知らせ

その他 **参加費無料、事前申込不要です**

問い合わせ先／兵庫県立西宮病院 地域医療連携センター 電話0798-34-5151 (代表)

EBISU♥キッチン

～やさいの切り方②主菜編～

さっぱり美味しい酢豚♪ BY 栄養管理部



☆今回は、当院でお出ししている主菜の野菜の切り方について紹介します☆

切り方の違いで味わいもかわります♪

【切り方いろいろ】

①さいの目切り

野菜の繊維が残り、酢豚のあのゴロツと感と噛みごたえがでます。

②短冊切り

野菜の繊維を断ち切り、甘みがでやすく短時間で調理ができます。



【酢豚の切り方を八宝菜のように変えてみると?】

八宝菜は、短冊切りや薄切りが中心です。断面が多くなるので調味液が絡みやすくなるため、酢豚の味つけでは、味が濃くなりすぎます。メニューの特性に合った切り方にする事で美味しくなります。



材料	分量(4人分)
豚肉もも肉(角切り)	240g
醤油(濃口)	2g (小さじ2/3)
料理酒	2g (小さじ2/3)
卵	20g (1/2個)
しょうが	1/4個
片栗粉	18g (大さじ2)
揚げ油	適量 (約8g/人)
玉ネギ	1個半
人参	2/3本
たけのこ(水煮)	100g
ピーマン	2個
砂糖	45g (大さじ5)
ケチャップ	30g (大さじ3/2)
醤油(濃口)	20g (大さじ1)
水	65cc
酢	65cc
水溶き片栗粉	片栗粉大さじ1 (+水適量)

作り方

下準備

・角切りにした豚肉をAに漬け込む。揚げる前に片栗粉を絡める。

・Bを混ぜ合わせておく。

- ① 玉ネギ、人参、たけのこ、ピーマンを約2cmのさいの目切りにする。人参を下ゆです。
- ② 豚肉を揚げて油を切る。
- ③ 野菜を炒めてBを入れて水溶き片栗粉でとじる。
- ④ ②を入れてサッと絡める。

作り方のポイント

最後に揚げた豚肉を入れることで「カリッ」とした食感が残って美味しくいただけます♪

当院の酢豚は揚げたてを提供しています！

●1人当たり栄養価	エネルギー	279kcal
	たんぱく質	15.8g
	脂質	11.5g
	炭水化物	30g
	塩分	1.2g

☆切り方のまとめ☆

酢豚 ⇒ 食感を残す・繊維にそって切る・歯ごたえを残す

八宝菜 ⇒ 薄く切る・繊維を断ち切る・短時間で仕上げる

薄切り(南蛮漬け・スープ・サラダ)、

みじん切り(ハンバーグ・ミートソース)、

輪切り(バーベキュー・焼き肉・オニオンリング)、

角切り(煮物・スープ)、

半月切り、くし切り、短冊切り(炒め物) など

メニューによって野菜の切り方や大きさを変えることは、とても大切です。切る方向や大きさ、形で火の通りや食感が変わります。五感にもある、視・聴・嗅・味・触！

少しの工夫と気遣いで、いつもの料理をより美味しく楽しむことができますよ♪

(管理栄養士:高橋 千恵 調理師:北川 伸江)

管理栄養士による栄養食事相談を月～金曜日に予約制で行っています。ご希望の場合は、主治医又は看護師、管理栄養士までお申し出ください。

HAMAKAZE

2024.46
Vol.46

兵庫県立西宮病院

〒662-0918 兵庫県西宮市六湛寺町13番9号
TEL:0798-34-5151 (代表) FAX:0798-23-4594
地域医療連携センター TEL:0798-34-5174 (直通)
FAX:0798-34-4436
E-mail: chiiki-ken@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2024.9 発行