



みのる法律事務所
弁護士 千田 實

〒021-0853
岩手県一関市字相去57番地5
TEL: 0191-23-8960
FAX: 0191-23-8950
<http://www.minoru-law.com/>
✉ minoru@minoru-law.com



みのる法律事務所便り
第250号
平成23年2月



病床便り ~ 第1回 ~



平成23年(2011年)2月17日(木)、透析導入に備え、^{ない}内シャントの造設手術を受けました。

執刀医は、宮城県大崎市の医療法人永仁会・永仁会病院(理事長・宮下^{えいし}英士先生)腎センター長・松永^{ともひと}智仁先生、医局長・安達^{あきた}國昭先生です。手術は、午後1時40分に開始し、3時10分に終了しました。松永先生からは、前もって「順調なら1時間30分、長くなっても2時間で終了します」と言われていましたが、順調だったので。お話どおり、1時間30分で終わりました。手術後、松永先生より「これなら、シャントは早いうちに使えるようになるでしょう」と言っただき、ほっとしました。

手術は、左手の手首の5センチくらい上部を5センチほど切開し、手首近くの腕の動脈と静脈を繋ぎ合わせて血管を太くし、「内シャント」を造設するというものでした。動脈の強い流れの血液を一部静脈に流すことによって、透析に必要な十分な血液が静脈から取り出せるようになるということです。この血液透析に必要な血液を取り出しやすくした部分を総称して「ブラッドアクセス」と呼ぶそうです。

腕を切開する前に、左腕に局所麻酔の注射を打ちました。松永先生からは、「麻酔の注射は痛いかもしれません」と言われていましたが、普段やっている採血や筋肉注射と比較しても、特に痛いとは感じませんでした。麻酔注射を打った後、「気持ちが悪くありませんか？」と何度も聞かれましたが、何一つ変化はありませんでした。

すぐに手術は始まりました。カーテンで仕切られ、手術中の腕の様子を見ることはできませんでしたが、松永先生と安達先生の交わす言葉はよくわかりました。きっと私が不安そうな顔をしていたのでしょう。私の顔を覗き込んでいた看護師さんが、「心配しなくても大丈夫よ」とか、「今、血管を繋いでいるからもう少しよ」などと、実にタイミングよく声をかけてくれました。大変心強く、助かりました。

それでもまだ不安そうな表情をしていたのでしょう。「患者さんは一関在住のことですが、私も一関出身なんです」などと、私の気を紛らわそうとあれこれ話しかけてくれました。薄い水色のユニフォームを着用した女性でした。まさに「水色の天使」という感じでした。お陰で、1時間30分が割と短く感じられました。あのようなとき、あのように声をかけてもらうということは、本当にありがたいことですね。

局所麻酔は効果的で、松永先生は「痛くありませんか？」と何度も聞いてくれましたが、いつも「痛くありません」という返事をしました。強がりではなく、本当に痛くなかったのです。「気持ちが悪くありませんか？」とも何度も聞いてくれましたが、毎回「悪くありません」と答えるだけでした。

シャント造設手術を心配している方がおられましたらご安心下さい。手術中も手術後も痛みは全くありませんでした。個人差はあるのですが、私の場合は痛くも苦しくもありませんでした。まずそのことをご報告し、安心していただきたいのです。

「水色の天使」は、何分かおきに血圧を測り、彼女が「140と70です」などと言うと、松永先生は「了解」と答え、手術を進めました。血圧はだんだん下がり気味になり、手術が終わる頃には、上が120 mmHg くらいになりました。体のこととなると異常に神経質になる体質のため、3年前に受けた白内障の手術直前には、血圧は上が200 mmHg を超えるほど上昇していたのですが、今回は松永先生と安達先生の自信に満ちたお姿と、「水色の天使」のお陰で、異常に血圧が上がることはありませんでした。安心しきっていたのですね。

無事手術を終え、松永先生から「終わりました。痛くありませんか？ もし痛むようであれば、痛み止めの薬を出しますので言って下さい」と言われました。

部屋に帰って1時間くらいしたときに看護師さんが見えたので、痛くはなかったのですが、「痛くなる前に飲んでおいた方がよい」と思い、「痛くなりそうですから、痛み止めの薬を出してください」と申し入れ、1錠もらってすぐに飲みました。ただ今、2月20日(日)午後4時ですが、これまで痛みは一度もありませんでした。本当にありがたいことです。

内シャント造設手術を受け、ここがつかったという点はありませんでした。手術を受ける前はあれこれ心配しましたが、「案ずるより産むが易し」でした。

経験したことがないことに向かうときには、誰しも不安になります。これから人工透析をしばらく続け、準備が整ったら家内から腎臓を一つもらい、腎移植手術を受け



たいと考えています。いずれも**未経験ゾーン**ですので不安はあります。今度の経験で、いくらかその不安が薄くなりました。「**局面を 楽しみ乗り切る 釈迦の知恵**」(H22.1.1、青空浮世乃捨)です。体験できない局面を体験し、**どういうものか見極めてみたい**のです。だから、**非常に楽しみ**です。

永仁会病院では、1日のエネルギー量1,300kcal、たんぱく質量23g、食塩量5gの食事を出してもらっています。ごはんは、「**でんぷん米**」です。たまにスパゲッティも出ますが、これもでんぷん製品です。どれも結構美味です。

2月15日(火)に入院し、その日の昼食から病院食ですので、これまで16食を頂戴しましたが、全部完食しました。一粒のごはんも残しません。元々食欲旺盛ですから、いつも「**もっと食べたい**」感があります。食事コントロールが完璧なのでしょう。入院前にあった足の浮腫が全くなくなりました。

永仁会病院の管理栄養士の先生方は、「**でんぷんごはんの塩梅は、いかがでしたか?**」などと聞いてくれます。私も家内も感じたとおりに答えています。「**でんぷんごはんは冷めるとかたまってしまうので、水を多くした方がよい。おかゆ状態の方が食べやすい**」とか、「**糸こんにゃくをでんぷん米と同量、米粒大に刻んで入れれば増量にもなるし、かたまりにくくなる**」などと体験談を話し、情報交換をしています。

人工透析をしても、腎移植をしても、食事療法は続けようとしています。人工透析や腎移植は、腎臓の代わりはしてくれるかもしれませんが、人間は腎臓だけで生きているわけではありません。心臓もあり、脳もあり、胃腸も肝臓もあり、数多くの臓器とそれを繋ぐ血管があります。それらの臓器や血管に適正に機能してもらうためには、**なんとと言っても適切な食事が不可欠**です。

食事療法は、全身療法であり、根本療法です。少しでも長く元気でいたいと望むなら、**食事のコントロールは当然のこと**です。

「食事療法は食事を制限するのだから、つらいだろう」とか、「**食べたいものを食べられないなんて、人生がつまらない**」などと言う方がいます。確かに食べたいものを食べ放題食べることは、瞬間的には満足感があります。それは楽しいことです。

だが、食事を自分の意志でコントロールし、規則正しい生活や適切な運動を続けることは、一時的な満足感を凌駕する、**もっと上質な喜び**があります。食事療法は、治療方法の一つに留まるものではなく、**生き方を教えるもの**です。

私は、食事療法に見切りをつけて、人工透析、腎移植を受けようとしているのではありません。食事療法も、生活習慣病が進めば食事制限だけでは足りず、**無理をしない生活**が求められます。無理がよくないことは十分に承知していますが、「**QOL**」

(**生活の質**)をあまり下げたくないのです。食事療法を続けるか、人工透析に入るかの決断の決め手となったのは、「**今の状態では、どちらがQOLを下げないで済むか**」ということでした。

出浦照國先生とも相談し、「**シャントを造っておいて、いつでも人工透析に入れるようにし、落ち着いたら腎移植をしよう**」という結論に達しました。食事療法は、**一生続けるつもり**です。

食事療法の普及活動は、家内と共に、これからもより一層頑張るつもりです。**薬物療法の経験もあり、人工透析、腎移植を体験した者が食事療法を語ってこそ、「患者が食事療法を語る」ということになる気がする**のです。

腎不全になるなどは、実際になってみるまで考えたこともありませんでしたが、腎不全になった以上、それを見極めてみたい気がします。**腎不全に負けるのではなく、克服してみたい**のです。そして、『**腎臓病体験記**』を書いてみたいのです。患者の書いた医学書があってもいいのではないのでしょうか。医療においては、患者は一方の当事者です。他方の当事者である医師に、**患者の思いを知ってほしい**のです。

永仁会病院の皆様は、ドクター、看護師さん、栄養士さん、管理人さんのどなたも親切で、一度も不愉快なことはありませんでした。それどころか、**微に入り細に入り**、患者の立場になって世話をしてくれ、まさに「**天国**」という状態です。お陰で入院生活とは思えないほど、のんびりと骨休めをさせてもらっています。「入院中に1冊、本の原稿を仕上げよう」と考えていたのですが、それは今日の午前中で終わってしまいました。2週間の入院期間中に書き上げる予定でしたが、6日目で完成しました。**居心地の良さ**がわかっていただけのものでしょうか。

総婦長・西村純子さんから、「人工透析、腎移植をし、**白寿まで**頑張って下さい」と言われました。嬉しくなって、「**白寿まで**」の文字を入れて「**これからの生き方**」を書いてみました。

白
寿
ま
で

- ④ 腹を立てない
- ④ くよくよしない
- ④ 自分のことは自分でする
- ④ 愉快地に生きる
- ④ 前向きに生きる
- ④ できる限りやる



「腹を立てない」というのは、生来短気ですぐに腹を立ててしまいます。まず、ここを直したいのです。「くよくよしない」というのは、細かいことを「ああでもない、こうでもない」と気にしてくよくよする癖があるので、この際ここも直したいのです。

「自分のことは自分です」というのは、実は普段、家内に頼りっぱなしなので。入院し、家内がない不便さを痛いほど知りました。もう少し、自分のことは自分でしたいものです。「愉快地に生きる」、「前向きに生きる」というのは、これまでも目標でしたが、これからはよりそういう生き方をしたいのです。「できる限りやる」というのは、「与えられた条件の中でベストを尽くす」という当たり前のことを、改めて意識することにしました。

総婦長さん、心に染みる励ましのお言葉、本当にありがとうございました。なんだか、やる気が漲ってきました。

宮下理事長先生ご夫妻からは、「すぐに元気になって、やりたいことをやるようになります」と、力づけていただきました。百万の味方を得た思いです。永仁会病院の最高責任者ご夫妻のお言葉、まさに「神の声」です。

いい病院で、いいスタッフにお世話をいただき、感謝、感謝の毎日です。

前回の事務所便りでご心配をおかけし、多くの皆様から励ましのお言葉をいただきましたが、いなべんは健在です。充電してすぐ戻ります。ご心配されませんようお願い申し上げます。

事務所便りをお読み下さっている皆様の中で、出浦先生の指導して下さる食事療法に興味をお持ちの方に朗報です。

3月13日（日）、いわて県民情報交流センター（アイーナ）8階において、出浦先生を講師にお招きし「第2回北東北病態栄養勉強会」が開催されます。今回の演題は「食塩制限について」です。時間は10時～16時です。生活習慣病の食事療法に興味をお持ちの方にとっては参考になるお話がたくさん聴けるものと思います。

定員は150名ですが、2月末現在、若干の空きがあるとのことです。申込締め切りは3月9日（水）とのことですので、お申込をご希望の方は、同封する「第2回北東北病態栄養勉強会開催のお知らせ」の申込方法をご確認の上、直接お申込下さい。

この機会に、出浦先生の格調高いご講演を皆様にも是非お聴きいただきたく、ご案内申し上げます。



見飽きない いつまで見ても 見飽きない
憂さ忘れさす 孫の寝顔かほ

平成23年2月10日 青空浮世乃捨



「孫の寝顔かほ」の「かほ」は、誤字ではないかと思われるでしょうが、誤字ではなく、敢えて「かほ」としました。

2月1日に待ちに待った初孫が生まれ、「佳甫」と名付けられました。その「かほ」を採り入れてみました。馬鹿爺の遊び心です。

「赤ちゃんの顔は見飽きない」とよく言われていますが、本当ですね。ただ寝ているだけで何かに反応するわけでもないのですが、その寝顔を見ているだけで、時間が経つのを忘れてしまいます。いつまでも枕元にくっついていたくなります。

長女が2月1日に東京で初孫を出産しました。実家で産後の養生をしたいということで、2月7日に孫を連れて帰ってきました。爺・婆としては、「待ってました♪」とばかりに超張り切っています。

早速、帰宅した7日の夜には、爺が孫を風呂に入れ、婆が孫を洗うという共同作業をしました。20年前にもわが子に同じようなことをしたのですが、孫の小ささに驚きました。20年前にわが子を風呂に入れたときは、出生時3,750gでしたが、孫は2,705gしかないのです。それでも気持ちよさそうに風呂に入っている姿には、感動しました。風呂の中でも寝ていましたが、風呂上がり後もスヤスヤです。その寝顔を見ていたら、いつまで見ても飽きないのです。

弁護士という仕事は、割と憂さの多い仕事です。気持ちがすっきりしないことが多いのです。裁判に負ければ、依頼者の顔が浮かんで眠れない。弁護士を請求すれば、「労働の内訳明細書を出せ」などと言われ、腹が立つこともあります。弁護士の仕事は肉体労働でもないし、時間を売っているわけでもないのです。資格と経験に基づき、アイデアを提供する仕事です。内訳明細書を書けるような仕事ではないのです。裁判の相手からはいつも敵視されます。気が休まることのない商売です。

入院を間近に控えており、仕事のやりくりなどあれこれ気がかりなことがあったのですが、孫の寝顔を見ていたら、その憂さが消えていきました。「人間の生き死にに比べれば、浮世の憂さなどどうでもよい」と思えるようになりました。ウンベルト・サバ（1883-1957、詩人）という人は、「生きることほど、人生の疲れを癒してくれるものは、ない」と語ったそうです。

生まれたばかりの孫も、古希を迎えようとしている爺も、今、生きています。寝顔を見ているだけで癒されます。気持ちのスッキリしない浮世のあれこれなど気にしないで、生きていることを楽しみたいものです。そんな気になったら、入院のこと、仕事のことなど、それほど気にならなくなりました。

入院を2月15日に控え、1週間、孫を風呂に入れ、寝顔を見て、癒されました。爺馬鹿ですが、「見飽きない いつまで見ても 見飽きない 憂さ忘れさす 孫の寝顔かほ」と拙い一句を詠んでみました。実に下手くそな歌ですが、孫の顔は見飽きませんよね。同じような経験をなさった方もたくさんおられるのではないのでしょうか。やっと仲間入りをさせていただくことができました。感謝です♪

第2回北東北病態栄養勉強会開催のお知らせ

- 1.日時 平成23年3月13日(日) 10:00~16:00(9時30分より受付)
※昼食12:00~13:00(昼食は各自ご準備下さい)
- 2.場所 いわて県民情報交流センター(アイーナ) 8階 812号室
盛岡市盛岡駅西通1丁目7-1(盛岡駅より西口を出て徒歩4分) TEL 019-606-1717
※商品展示は、9時30分より行ないます。場所は8階 811号室です。
- 3.内容 「食塩制限について」
講師 横浜薬科大学薬学部教授 出浦照國 先生
- 4.対象 医師・栄養士・看護師、その他医療従事者
(患者及びその家族、地域住民、学生などの参加も歓迎します)
- 5.定員 150名
- 6.受講料 医療従事者 3,000円 ※患者とその家族、地域住民は無料です
- 7.申込方法 1) 医療従事者は、郵便局の下記口座まで受講料をお振込みいただき、ハガキに必要事項
をご記入の上、お申し込み下さい。(振込手数料はご負担ください)
【店名】八三八(ハチサンハチ) 【店番】838 【預金種目】普通預金
【口座番号】1464980 【加入者名】北東北病態栄養勉強会
【必要事項】「北東北病態栄養勉強会」と明記。
①氏名②住所③勤務先・職種④連絡先(電話番号)
【郵送先】〒028-6105二戸市堀野字大川原毛38番地2
岩手県立二戸病院 栄養管理室 山崎久美子宛て
- 2) 患者とその家族、地域住民、学生などはハガキに必要事項をご記入の上、お申し込み
ください。
- ※記入頂いた個人情報、出欠確認に利用いたします
- 8.締め切り 平成23年3月9日(水) ※定員150名になり次第締切らせていただきます。
- 9.問合せ先 栄養管理室 山崎 ダイヤルイン 0195-23-2191(内線1020)
FAX 0195-23-2834
電話は、平日の12:50~13:10又は17:15~18:00の間にお掛け下さい