

和

75
2026

Osaka City General Hospital



息切れ外来はじめました!

その息切れ、放っておかずに専門医へ。

- 看護師のホンネ。 #13 緩和ケアセンター がん看護専門看護師 北田 なみ紀
- 息切れ外来案内
- 腎臓よもやま話1 腎不全と金魚の水槽
- 連携登録医のご紹介



大阪市立総合医療センター
緩和ケアセンター がん看護専門看護師
北田 なみ紀

1989年 十三市民病院 入職
1999年 大阪市立総合医療センター 勤務
2006年 がん化学療法看護認定看護師 取得
2012年 がん看護専門看護師 取得
同年～ 緩和ケアチーム配属（現在に至る）

Q 看護師を目指したきっかけは？

中学生の時、叔母に「これからの時代は女性も手に職を。教師か看護師になりなさい」と言われたことがきっかけです。当時は雑誌の編集者や考古学者に憧れていました。が、目上の人の言うことは絶対と、素直に疑問も持たず「人に優しく接する仕事なら私にもできるかな」と。そんな少し軽い気持ちでこの道を選びました。

Q がん看護の「だいご」味は？

実際に働き出すと、想像以上にハードで緊張の連続でした。それでも今日まで続けてこられたのは、患者さんに育てていただいたおかげです。

がん看護は寄り添うことから始まりですが、実は水面下で、治療や生活背景など「今、何が必要か」と頭をフル回転させています。対話を重ね、時には無言で手を添える時間の中で、患者さんから「少し楽になった」「また頑張るよ」という言葉をいただける、私の方こそ元気をいただだけます。がん看護の「だいご」味はお互いが成長できることだと思っています。また、専門知識だけではがん看護は成り立ちません。また周囲の医療者とコミュニケーションをとりながら患者さんにとってよりよい環境を作っていくプロセスもがん看護の「だいご」味です。

Q 休日の過ごし方

家でのんびり過ごす時間が一番好きです。ただ、誰かと話す時間も大切にしたいので、友人や家族と旅行に出かけてリフレッシュすることもよくあります。また最近は、運動不足解消に、週に一回のヨガ教室に通っています。



息切れ外来 始めました！

「ちょっと歩いてだけでゼエゼエ…」「階段がラスボスみたい…」そんな“息切れ問題”、実は心臓・肺・貧血・体力低下など、いろんな理由が隠れていることがあります。でも大丈夫。当院では新しく“息切れ外来”をオープンしました。息切れのナゾを、一緒にスッキリさせていきます。



まずはかかりつけ医へ

「最近ちょっと息が上がるんです…」と気軽に相談してみてください。かかりつけ医から当院の息切れ外来へご紹介いただけます。

私が診察
します！



息切れ外来で初診

月曜の午前中に、専門の外来でじっくりお話を伺います。



循環器センター長
循環器内科 部長 阿部 幸雄



検査

血液検査、レントゲン、CT、心電図、心エコー、呼吸の検査など、息切れの原因を一緒に探す“調査パート”に入ります。必要に応じて、さらに詳しい検査も行います。



腎臓よもやま話 ～腎不全と金魚の水槽～



はじめに

腎臓の大切な働きの一つとして、生き物にとって毒になる窒素(N)化合物を、尿として体の外に捨てるというのがあります。この窒素化合物は、食べ物の中に含まれるタンパク質から作られます。私たちヒトでは、主に尿素という窒素化合物(他には尿酸、クレアチニン、インドキシル硫酸など)となり、体外に排泄されます。

このため、腎臓の力がほとんど無くなってしまった状態「末期腎不全」になると、尿素を中心とした窒素化合物が体内にたくさん貯まってしまいう尿毒症となって、最終的には命を落としてしまうことになるのです。

さて、この「末期腎不全」の状況と似ていると感じたことが、最近身近な出来事の中にありました。

数日間で金魚の元気がなくなって...

昨年の夏祭り、娘が露店の金魚すくい数匹の金魚をもらってきました。飼育の責任感と生命の大切さを学べたらいいなと思い、早速、金魚飼育キットをホームセンターで購入して、飼育を始めましたが、徐々に元気を無くしていき、日を追う毎に死んでいくではありませんか。これでは、生命の大切さを教えるどころでは無く、金魚すらろくに飼育できないだめな父親の烙印を押されてしまいます(まあ押されているのですが)。娘もせっかくだらった金魚が次々に死んでいく姿を見て、悲壮な様子です。

原因は窒素化合物

そこで、その原因が何なのか、いろいろと調べてみました。すると、驚くべき事実がぶち当たりました。新しく水槽で金魚を飼い始めた時に、金魚の生死をわけるものとして、窒素化合物(アンモニアや亜硝酸)がとても重要であるということです。

どういうことかと言いますと、金魚を含めた魚類は、エサの中のたんぱく質をアンモニア(毒)という窒素化合物で体外に捨てます。これが金魚の水槽内にどんどん溜まっていきますが、しばらくすると、アンモニアを分解するバクテリアが水槽内に繁殖してきて、亜硝酸(毒)に変えていきます。しかし、今度は亜硝酸が溜まってきます。そこで、次に亜硝酸を硝酸塩(無毒)に分解するバクテリアも繁殖してくるのですが、飼い始めの3~4週間ではこれらのバクテリアが十分に繁殖しておらず、窒素化合物を分解する速さよりも、蓄積する速さの方が勝ってしまうのです。

このため、金魚を飼い始めて日が浅い水槽では、窒素化合物が大量に溜まってしまふ、ヒトの体に例えるなら「末期腎不全」の状態となって、金魚の生命を奪ってしまうのです。我が家の金魚たちも、これが原因で死んでいったのでしょう。

腎臓の重要性を再認識

このように、ヒトの体でも金魚の水槽でも、窒素化合物をきちんと処理することが生命にとって、とても大切であることがわかります。腎臓が生命を維持するという点に関して、いかに重要な役割を担っているかを、金魚を飼育することで再確認させられました。

ちなみに、飼い始めた頃の高濃度窒素化合物状態を一匹だけが何とか乗り越え、生き残りました。その金魚は、それから約半年が過ぎた現在、後に金魚屋さんで買ってきた他の金魚達と一緒に水槽内に元気に泳いでおります。

連携登録医のご紹介

かかりつけ医とは、病気になったときなどにすぐに相談できる地域にある医院やクリニック、診療所などのお医者さんです。日常的に相談でき、緊急の場合にも対処してくれるかかりつけ医をもちましょう。



- 日常の診療・健康管理はかかりつけ医で
- 専門的な検査・治療は当院で
- 病状が安定したら再びかかりつけ医で

都島整形外科クリニック

院長 生長 弥須蔵
 診療科 整形外科・リハビリテーション科
 住所 都島区都島本通1-7-9-3階
 電話 06-6180-6145



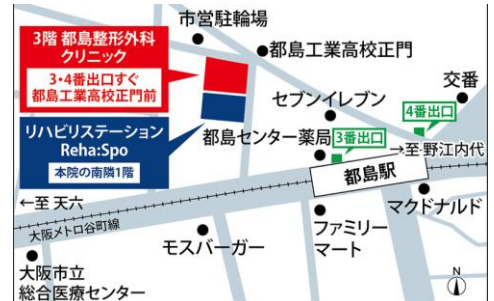
生長院長

外来	月	火	水	木	金	土	日
8:45~12:00	○	○	○	×	○	○	★
12:00~15:00	※	※	※	×	※	○	×
15:00~18:00	○	○	○	×	○	×	×

★8:45~12:00(第2・4週日曜日に診療)
 ※平日は完全予約制

院長あいさつ

私たち都島整形外科クリニックは、「患者さまに寄り添う治療」をモットーにしています。当院では、整形外科の診療を中心に、リハビリを含む予防医療、抗加齢医学に力を入れてまいります。小さなお子様からご高齢の方まで、幅広い年代の方々が気軽に通えて、地域の皆さまに信頼され、愛されるクリニックであり続けるため、スタッフ一同、日々努力してまいります。お体に関するお悩みやご不安がございましたら、お気軽にご相談ください。



たけしデンタルクリニック

院長 馬場 健
 診療科 歯科
 住所 都島区友洲町2-15-28ベルファ2
 電話 06-6923-5454



馬場院長

外来	月	火	水	木	金	土	日
午前 (9:30~13:00)	○	○	×	○	○	9:30~12:30 ○	○
午後 (15:00~19:00)	○	○	×	○	○	14:00~17:00 ○	○

院長あいさつ

たけしデンタルクリニックでは、小さなお子様からお年寄りまで、家族の皆様が安心して受けられる歯科医院を目指して「患者さま目線で分かりやすい説明」「ライフスタイルの違う皆さまに合わせた診療体制」「安心して通院できる徹底した衛生管理体制」「いつまでも健康な歯を維持して頂くための丁寧で精密な治療」をモットーに皆様に信頼していただける歯科医院作りに努めてまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。



読者アンケートのお願い



今後のよりよい広報誌づくりのため、次のアンケートフォームより皆さまのご意見をお聞かせください。

<https://forms.gle/NoTDPNc9LgZxqKEa8>

患者さんの権利

- 1.個人の尊厳を重視した安全で良質な医療を平等に受ける権利があります。
 - 2.自分の医療に関する情報を理解できる言葉や方法で十分に提供された後、意見を述べるなど治療計画に参加し、自分の意思に基づいて医療行為を選択する権利があります。
 - 3.自分の受ける医療について、知る権利ならびに診療情報の開示を求める権利があります。
 - 4.診療に関する個人情報、診療目的以外に使用されないよう厳密に保護されます。
 - 5.プライバシーに配慮した医療の提供を受ける権利があります。
- 自分の病気に関する説明、診断などを他の医療機関からも受ける権利があります。

