

慢性腎臓病 その1

慢性腎臓病について

慢性腎臓病（Chronic kidney disease：CKD）とは慢性に経過するすべての腎臓病のことです。全国で患者さんは約 1400 万人近くいると考えられ、新たな国民病と言われています。

メタボリックシンドローム（生活習慣病）との関連も深く、誰もがかかる可能性のある病気です。腎臓は体を正常な状態に保つ重要な役割を担っているため、慢性腎臓病（CKD）によって腎臓の機能が低下し続けることで、さまざまなリスクが発生します。

慢性腎臓病（CKD）の初期症状

慢性腎臓病（CKD）には初期には自覚症状はほとんどありません。それが一番怖いところであり患者数を増加させている原因でもあります。

そして腎臓は一度あるレベルまで悪くなってしまうと、自然に治ることはありません。従って放置しておく、とどんどん進行して取り返しのつかないことになる場合もあります。

みかんの収穫 行いました

診療所横のみかんの木の収穫を組合員の方たちが行いました。昨年は伐採をした後だったので実があまり生らなかったのですが、今年は大きなみかんが沢山採れました。

慢性腎臓病の症状

慢性腎臓病（CKD）が進行すると、むくみ、貧血、全身倦怠感、息切れなどの症状が出現してきます。上記の症状が出現したときには慢性腎臓病（CKD）はかなり進行している場合が多いといわれています。つまり体調の変化に気がつけているだけでは早期発見は難しいといえます。

早期発見のためには定期的に受診ないし健康診断を受けて、尿や血圧の検査をすることが必要です。気になる方は早めの受診を勧めます。

生協北診療所七つの特色

★夜間外来（内科）をやっています。

火曜日・金曜日 受付時間はPM7時までです

☆ロコモ体操教室をやっています

毎月第四木曜日 12時頃より外来ホールにて

★往診をやっています

通院が困難な方のお宅へ訪問します
（契約が必要です）

☆送迎をやっています

歩行が不自由な方、認知症で通院が困難な方はご相談ください

★禁煙外来をやっています

☆CT 検査をやっています

★HbA1cの結果が即日わかります
（昼間のみ）



北診だより

二〇一七年 三月号



2017年3月1日
東京都北区
東十条2-8-5
生協北診療所
TEL
03(3913)5271
「北診だより」
作成委員会発行

発行責任者
関根 覚



http://hokuto-kita-clinic.jp/

ほくと診療所看護師部会開催

2017年2月4日(土) 東京ほくと診療所看護師部会を開催しました。

大井協同診療所 増山由紀子所長に「地域包括ケア 診療所で活かすために」を講義して頂き、各診療所で関わっている医療・介護連携マップを持ち寄り、活動の交流を図りました。



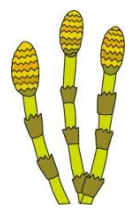
新春のつどいは手作り100%のお弁当やおかずが美味しいと異口同音、和やかに語りあいました。片山保健委員さんが二人組合員さんを増やし、新春のつどいにも初参加。大畑さんは増資に理解が深く三橋さんは日常の健康体操を皆さんの前で披露し会場を盛り上げました。ありがとうございました。続いて定番となっている根岸さん92歳による手品です。赤羽のジムに通い週2日は手品の会に。一年一回赤羽会館の舞台上で発表しています。最後は合唱です。発言しなかった人もチャンスとして「上を向いて歩こう」ほか大きな声で歌いました。組織部の国井さんから十条支部の感謝とこれからもよろしくお願ひします。と

十条東支部 山口節子

盛りだくさんの話題、 手作り100%の食事



十条東支部の新春のつどいは、2月22日(水)に十条振興室で職員含み23名で開催。挨拶と進行は山口節子支部長で始まりました。職員の発言は次の通りです。関根事務長は「40歳から74歳までの健診が6月〜8月まであります、一人でも多くの受診をお願いしたくご理解とご支援を」と訴えました。坂東事務長は「残念ながら建物の老朽化で3月末をもって、はなみずきは終了となりました。」と組合員に説明しました。ハピネスの佐藤所長と上根さんはご自分の担当である「居宅介護支援」の内容を説明し質問を受けつつ「皆さんの周りで介護を受けたい」と言う人に連絡して頂くようお願いします。と訴え全員に名刺を手渡ししてくれました。小川理事は理事としての挨拶の他、十条地域で起きている道路の拡幅、駅前の40階ビルの建設、埼京線の高架化などについて報告。ビデオでの詳しい解説もあり皆さん十条の街壊しの計画を知りました。



介護通信 Vol.9 最終回

既にご案内の通り、介護老人保健施設ほくとはなみずきは、今月末を持ちまして事業を終了いたします。

ご利用者様や組合員、地域の皆様の支えがあって、10年間の運営が出来ましたこと、感謝いたします。

4月からは、生協北診療所の上階は立ち入れなくなりますが、そこでは悲喜こもごもの、まさに人と人との「人間ドラマ」が10年間あった事を思い出していただければ幸いです。

また、4階の通所リハビリは、場所を替え、新たな事業所として、鹿浜診療所で4月より事業開始いたします。引き続きご厚情賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

長年にわたり、叱咤激励、ご愛情を注いでいただき、ありがとうございました。

介護老人保健施設ほくとはなみずき 事務長 坂東信光



荒川ラインウォーキング

3月25日(土) 雨天中止

午前9時から受付開始 荒川扇大橋

(ケーズデンキ側橋下)

午前10時スタート 午後1時終了予定

*扇大橋～岩淵水門まで3km、7km、9kmのコースを設定

*例年、桜満開の季節です。ご夫婦、親子、グループで楽しく歩きましょう。



※事前登録が必要です。



主催)東京ほくと健康づくり委員会
問い合わせ・組織部 電話 3913-9100