

札幌南一条病院

電車通り通信

でんしゃどおりつうしん



特集

CKDって何? ~慢性腎臓病の早期発見のために~

- 高額療養費制度について
- 赴任のご挨拶
- 連携医療機関のご紹介
(札幌同交会病院)
- 南一条文庫
- 南一条INFORMATION

冬号
2026.1vol.48
FREE



社会医療法人北海道恵愛会

札幌南一条病院



CKDって何？

～慢性腎臓病の早期発見のために～



01

慢性腎臓病(CKD)とは

腎臓は体の老廃物や過剰な水分・塩分などを尿として排出したり、血圧を整えたり、血をつくる働きを助けたりする重要な臓器です。CKD(シーケーディー:Chronic Kidney Disease)は「慢性腎臓病」のことで、腎臓の働きが少しずつ低下していき、各種検査で腎機能の異常の状態が3ヶ月以上続く状態です。CKDは初期のうちは症状がほとんどありませんが、進行するとむくみ、疲れやすさ、貧血、高血圧などが現れ、最終的には透析や腎移植が必要になることもあります。

02

eGFR(推計糸球体濾過量)と尿蛋白が重症度の指標

▶ eGFR(推計糸球体濾過量)の値を主治医に聞いてみましょう。

GFRは腎臓の働きを数値化したもので、1分間あたりに腎臓が濾過する血液の量を表します。血清クレアチニン値(Cr)、年齢、性別などから計算されます。腎機能が低下すると、クレアチニンが体内に蓄積して「血清クレアチニンが上昇し、その結果eGFRは低下します。多くの医療施設では、血液検査の血清クレアチニン値から、このeGFRが自動計算されています。血液検査を受けた際には、主治医にeGFRを確認してみましょう。

つぎに、尿蛋白ですが、腎機能低下の進行を評価するうえで非常に重要です。尿蛋白の有無は試験紙で確認することができ、通常、健診等では試験紙にて(一)(±)(1+)(2+)(3+)の5段階で判定します。(±)～(1+)以上の場合には再検や定量検査(尿蛋白定

量もしくは糖尿病の場合は再検や定量検査(尿蛋白定量もしくは糖尿病の方は尿アルブミン定量)が必要です。図1に示すように尿蛋白が多いほど末期腎不全への進行が速いことが分かっています。

図2に示すように枠の色が緑 → 黄 → オレンジ → 赤 の順で重症度は高くなります。

図1:蛋白尿の程度と末期腎不全の発症率

(沖縄県総合保健協会 OHGMA研究)

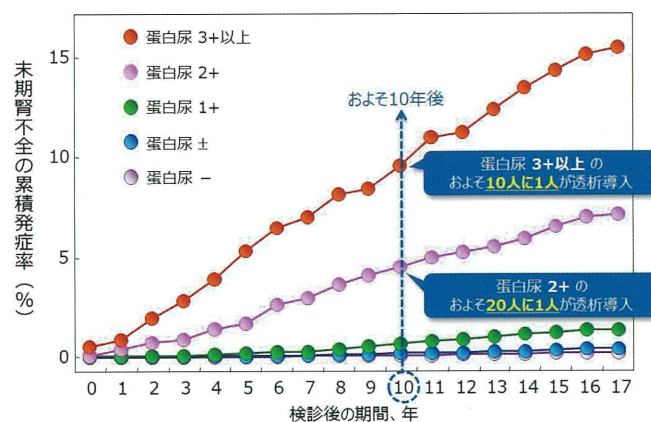


図2:CKD重症度分類

原疾患	蛋白尿区分	A1	A2	A3
糖尿病関連腎臓病	尿アルブミン定量 (mg/日) 尿アルブミン/Cr比 (mg/gCr)	正常	微量 アルブミン尿	顕性 アルブミン尿
		30未満	30～299	300以上
高血圧性腎硬化症 腎炎 多発性嚢胞腎 移植腎 不明 その他	尿蛋白定量 (g/日) 尿蛋白/Cr比 (g/gCr)	正常	軽度蛋白尿	高度蛋白尿
		0.15未満	0.15～0.49	0.50以上
GFR区分 (mL/分/1.73m ²)	G1 正常または高値	≥90		
	G2 正常または軽度低下	60～89		
	G3a 軽度～中等度低下	45～59		
	G3b 中等度～高度低下	30～44		
	G4 高度低下	15～29		
	G5 高度低下～末期腎不全	<15		

重症度は原疾患・GFR区分・蛋白尿区分を合わせたステージにより評価する。CKDの重症度は死亡、末期腎不全、心血管死亡発症のリスクを緑のステージを基準に、黄、橙、赤の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する。(KDIGO CKD guideline 2012を日本人用に改変)

注:わが国の保険診療では、アルブミン尿の定量測定は、糖尿病(DM)またはDM性早期腎症であって微量アルブミン尿を疑う患者に対し、3ヵ月に1回に限り認められている。DMにおいて、尿定性で1+以上の明らかな尿蛋白を認める場合は尿アルブミン測定は保険で認められていないため、治療効果を評価するために定量検査を行う場合は尿蛋白定量を検討する。

日本腎臓学会編 エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2023

専門病院に相談する目安

図2の重症度分類では、

緑 ■■■ : 正常

黄 ■■■ : 軽度腎機能低下が疑われ経過観察が必要

オレンジ ■■■ : 専門医受診が望ましい状態

この時点でCKDの診断・治療が、開始すれば、進行を抑えたり進行を遅らせたりできることが多いです。

赤色 ■■■ の場合、すでにCKDが発症し、進行している可能性が高いものの、最近では、原因疾患の治療と生活習慣改善、腎保護薬の適切な使用により進行を遅らせることが可能になっています。

専門病院に相談する目安

- eGFR < 45ml/分/1.73m²
- 尿蛋白(±) ~ (+) 以上
- 尿蛋白と血尿がともに陽性
- 高血圧および糖尿病を持つ方
- ご家族のなかに透析をされている方がいる

健診で「腎機能が低い」「eGFRが低下している」「尿たんぱくが出ています」と言われた場合は、早めに医療機関へご相談ください。特に糖尿病や高血圧、肥満、動脈硬化のある方は注意が必要です。

CKDの治療:腎臓を守るために

1 原因疾患の精査と薬物療法

CKDは単一の疾患ではないため、まずは原因疾患を明確にすることが重要です。場合によっては、腎生検(腎臓に針を刺し、細胞の一部を調べる方法)が必要です。原因によっては、ステロイド剤・免疫抑制剤で改善が期待できることもあります。

2 食事療法

○塩分を控えめに(1日6g未満が目安)

○適切な水分摂取(脱水に注意。

過剰摂取も悪化の原因となります)



○カリウムの摂取は病期に応じて調節

初期には積極的摂取が望ましい場合もあります。一方、図1で赤の群に該当する方は、高カリウム血症を防ぐためカリウムの多い食品を控えめにする、あるいはカリウムの吸収を抑える薬剤が必要になることがあります。

3 運動療法

以前は腎臓病では運動を控えるべきと言われた時代もありましたが、現在では適切な運動療法は腎臓病の進行を遅らせる効果が示されています。

具体的な運動内容については原因疾患・重症度によって異なるため、主治医に相談してみてください。



4 生活習慣病の改善

○血圧・血糖をコントロールする

○禁煙

○適正体重の維持

とくに血圧・血糖のコントロールには、腎保護効果のある薬剤を選択的に使用します。

定期的に検査を受けることが大切!

CKDは「静かに進む病気」です。早めの気づき、対策することで腎臓の働きを長く保つことができます。CKDは早期に発見すれば、治療して治せる病気もあります。また、どのステージでも進行を遅らせる治療法があります。一人で悩まず、気になることがあれば主治医に相談しましょう。

北海道恵愛会 札幌南一条病院

院長 土田 哲人

PROFILE

札幌医科大学医学部卒。米国サウスアラバマ大学留学、札幌医大附属病院(講師)、JR札幌病院(副院長)を経て2021年より現職。
日本内科学会認定内科総合専門医・指導医、日本循環器学会認定循環器専門医・FJCS、日本心臓病学会上級心臓臨床医(FJCC)、札幌医科大学医学部/大学院臨床教授。医学博士。



高額療養費制度について

執筆…及川医事課長

令和7年12月現在、各年齢及び保険別の自己負担限度額は一部の場合を除き、次のようになっております。

70歳未満

所得区分	適用区分	自己負担限度額	
			多数該当
上位所得者	ア	252,600円+(医療費総額-842,000円)×1%	140,100円
	イ	167,400円+(医療費総額-558,000円)×1%	93,000円
一般	ウ	80,100円+(医療費総額-267,000円)×1%	44,400円
	エ	57,600円	
住民税非課税世帯	オ	35,400円	24,600円

70歳～74歳

所得区分		適用区分	自己負担限度額		
			外来	外来+入院	多数該当
			(個人単位)	(世帯単位)	
現役並み所得者		現役並みⅢ	252,600円+(医療費総額-842,000円)×1%		140,100円
		現役並みⅡ	167,400円+(医療費総額-558,000円)×1%		93,000円
		現役並みⅠ	80,100円+(医療費総額-267,000円)×1%		44,400円
一般			18,000円	57,600円	
住民税	低所得者Ⅱ	Ⅱ	8,000円		24,600円
非課税世帯	低所得者Ⅰ	Ⅰ			15,000円

75歳以上

負担割合	区分			外来	外来+入院
				(個人単位)	(世帯単位)
3割	現役並み所得者	課税所得 690万円以上	現役Ⅲ	252,600円+(医療費総額-842,000円)×1%	
		課税所得 380万円以上	現役Ⅱ	167,400円+(医療費総額-558,000円)×1%	
		課税所得 145万円以上	現役Ⅰ	80,100円+(医療費総額-267,000円)×1%	
2割	一定以上所得者		一般Ⅱ	18,000円	57,600円
	一般		一般Ⅰ		
1割	住民税非課税世帯		区分Ⅱ	8,000円	24,600円
			区分Ⅰ		15,000円

当院では、受付の際にマイナ保険証・資格確認書・限度額認定証で確認を行っており、確認出来ない場合は、ご自身で加入されている各種保険証の発行機関等へ申請を行なって頂く形になりますのでご注意ください。
※現在、厚生労働省などにおいて制度の見直し等を行なっている状況であり、今後変更になる可能性がありますのでご注意ください。

健康保険の資格確認について +++

現在、医療機関を受診される際には、マイナ保険証(マイナンバーカード)・資格確認書・健康保険証のいずれかをお持ちになられているかと思います。当院では令和7年10月に外来受診をされた患者様の50%以上がマイナ保険証を利用されたという結果になっています。今後もマイナ保険証の利用率が上がると想定されますが、健康保険証で確認をしている患者様も一定数いらっしゃいます。健康保険証については、令和7年12月2日以降は使用出来ない事となっておりますが、令和8年3月31日までは使用出来る旨の通知(経過措置)が厚生労働省から出されております。ただしそれ以降については経過措置が延長されるかどうかは不明ですので、ご注意ください。

赴任のご挨拶

呼吸器内科 医長

高橋 歩

PROFILE

北海道大学 医学部医学科卒業
 北海道大学大学院 医学研究科卒業
 [資格等]
 医学博士、日本内科学会認定医、総合内科専門医、日本呼吸器学会専門医・指導医、日本アレルギー学会専門医、日本喘息学会、日本医師会認定産業医



2025年10月に赴任しました呼吸器内科医師の高橋歩です。よろしくお願いします。

経歴を自己紹介させていただきます。東京都生まれで大学入学前までは関東で過ごしていました。北海道には知人も親類いませんでしたが憧れがあり、北海道大学医学部に入学しました。卒業後は関東に戻らず、北海道大学医学部第一内科(現呼吸器内科学講座)に入局し関連病院研修の後、大学院に入学、免疫・アレルギーグループに所属して気管支喘息を中心とする研究、診療に当たりました。大学院卒業後、北海道を出て愛知医科大学呼吸器・アレルギー内科に約7年勤務しました。その後、北海道に戻り国立病院機構函館病院(現函館医療センター)で約5年、北海道中央労災病院で3年半、呼吸器疾患全般の診療に当たった後、当院に赴任しました。前任地では気管支喘息、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、肺癌、細菌感染性肺炎、間質性肺炎、じん肺などの患者さんを多くみていました。

赴任して呼吸器内科医として当院でどのような役割を担い、どのような貢献ができるか日々考えながら診療にあたっています。当院の入院患者さんは急性期というよりは長期療養を目的とした方が主です。私は当院赴任前までは慢性呼吸器疾患や進行肺癌で自宅や施設への退院が困難となった

患者さんを長期療養型病院に依頼する側でした。そのとき依頼先でも呼吸器科の専門性や呼吸器疾患診療の経験があればなおよいのではないか、と考える患者さんもおられました。もちろん患者さんによって必要とされることは違いますが入院患者さんの診療におきましても呼吸器内科医としての専門性や経験も生かして診療を行っていきたいと考えています。当院の体制や設備などの状況もありますが、呼吸器疾患等で長期療養が必要な方がおられましたら是非ご相談ください。

系列の札幌南三条病院が肺癌診療を担っており、役割分担で当院では肺癌の検査や治療は行っておりませんが、外来では気管支喘息、慢性閉塞性肺疾患を中心とした診療に当たっています。両疾患に限らず、咳、痰、呼吸困難などの症状がある方、健康診断で胸部の異常陰影や呼吸機能の異常を指摘された方などにも対応しております。専門医の受診はややハードルが高く感じられる方もおられるかもしれませんが、気軽に相談できる専門医を目指しております。呼吸器内科の受診を考えておられる方は是非受診をご検討ください。事前にお問い合わせいただくことや地域連携部や外来経由で予約を取ることも可能です。

2026年2月より以前に当院でも行っていました禁煙外来を再開する予定です。現在各部署と調整しております。詳細が固まりましたら院内での掲示や病院ホームページでお知らせする予定ですので、禁煙を考えておられる方は是非ご覧の上でお問い合わせください。当院では完全予約制で保険適応内での診療を行う予定です。保険適応には要件がありますので、確認の上で予約を取らせていただきます。

呼吸器疾患の診療等を通して貢献していきたいと考えておりますのでよろしくお願いします。



連携医療機関の ご紹介



一般財団法人

札幌同交会病院

土田哲人院長とは出身大学こそ違いますが1986年卒業同期で、1987年に市立釧路総合病院において札幌医大循環器内科と札幌医大消化器内科とで科は違うものの2年間一緒に過ごさせていただきました。

札幌同交会病院は1951年1月に北海道の中小の石炭会社の鉱業協会の付帯として財団法人北海道石炭同交振興会(同交会)が設立されたことから始まります。同交会に医療部が設立されたことで1956年7月10日に27床で同交会病院が開院となりました(今年で70周年となります)。木造の病院で初代院長は中富良野国保病院院長であった吉田茂一先生でした。吉田先生は札幌医大消化器内科同門の先生でしたが、開院当初は主に炭鉱に従事されている患者さんに対して医療を提供する病院であったとのこと。その後1972年に消化器内科の助教授であった佐藤勝巳先生が2代目院長に就任されたことでさらに札幌医大消化器内科と強い絆が形成され、私が2020年の9月に7代目の院長に就任後も札幌医大消化器内科の関連病院としての関係性が続いています。

当院は消化器内科をメインとした総合診療的な機能を有する内科単科の病院です。上部・下部内視鏡、CT検査、エコー検査などを駆使して職員一同『私たちは、人にやさしく、思いやりのある温かい心で、地域に根ざした信頼される病院を目指します』という病院理念のもと、診療に携わっています。当院では2025年6月にオリンパス社製の最新経鼻内視鏡スコープ「GIF-1200N」を導入いたしました。従来機種に比べて径が細く、挿入時の違和感が軽減

され、検査中の苦痛を大幅に軽減することができました。

さらに上部・下部内視鏡スコープに炭酸ガス送気装置を併用することで検査後の腹部膨満が軽減され、好評を得ています。

当院に入院されている患者さんは当院の外来からだけではなく近隣クリニックや施設入所中、在宅治療中の患者さんなどをご紹介いただき、急変時の依頼にも応じています。また、超急性期病院での治療終了後さらに治療の継続が必要な患者さんをご紹介いただき、自宅退院あるいは当院の療養病棟または他の療養病院への転院、施設入所などを積極的に行っています。外来ではリウマチ専門外来を札幌医大免疫・リウマチ内科の先生にお願いして患者さんの診察をしていただいています。2025年4月からは前北海道医療センター循環器内科の竹中孝先生に就任していただきました。専門の循環器科のみならず内科全般に長けた優しい先生です。

貴院は呼吸器、循環器、腎臓内科を中心とした専門性の高い病院と承知しています。これからも呼吸器疾患患者さん、腎臓疾患患者さんなどの相談に乗っていただけると大変助かります。札幌南一条病院に通われている患者さんも当院でお手伝いできることがあれば気軽にお越しください。



理事長・院長
淡川 照仁 先生

＜PROFILE＞

＜学歴＞

1986年(昭和61年)杏林大学医学部卒業

＜職歴＞

1986年(昭和61年)札幌医科大学医学部

第1内科(現 消化器内科)入局

2000年(平成12年)4月 札幌同交会病院勤務

2007年(平成19年)4月 同院副院長

2020年(令和2年)9月 同院理事長・院長

＜資格＞

医学博士

日本内科学会 総合内科専門医

日本消化器病学会 指導医

日本消化器内視鏡学会 専門医

札幌医科大学大学院医学研究科臨床教授

＜所属学会＞

日本内科学会

日本消化器病学会

日本消化器内視鏡学会

日本リウマチ学会

一般財団法人

札幌同交会病院

札幌市中央区南2条西19-291

☎:011-611-9131

<https://www.dohkohkai.or.jp>



東洋医学2000年のすごい知恵

60代70代80代をうまく老いる健康養生法

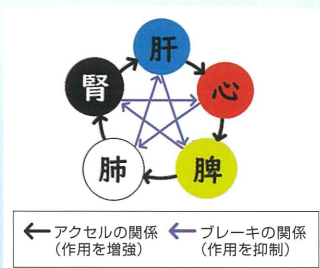
木村 容子 著、さくら舎

本を読むことは自分のペースで、ある一人の方のお話をじっくり聴くことに似ていると思います。自分や家族・友人など身近な人の、体や心のことで悩みがあるとき、そもそもヒトのカラダとは？ココロとは？老化とは？と客観的に見ることできたら、幾分楽になることでしょう。そのヒントとなるのが東洋医学の視点から解説した本書です。東京女子医科大学附属東洋医学研究所所長・教授のお話に耳を傾けてみましょう。

本書の中に、〈生きている限り人は変化し続けます。〉という言葉があります。どんな風に変化するのか、著者は中国の古典で最古の医書とされる『黄帝内経(こうていだいけい)』から引用し、〈●10歳になると、五臓(ごそう)が発育して一定の丈夫さになる●20歳になると、血気が盛んになりはじめ、肌の調子もよく筋肉も発達し、行動が鋭敏になり、歩くのが早い●30歳になると、五臓は強くなり、全身の肌や筋肉も堅固になり、血気は充(み)ちて盛んになり、歩き方は穏やかで、落ち着き払って歩くことを好むようになる●40歳になると、五臓六腑(ごそうろっぷ)のすべてが健全で、これ以上成長しない程度となり、この頃から肌が柔らかくなりはじめ、顔色のツヤがしだいに衰(おとろ)え、毛髪が白くなりはじめ、(略)精力が十分に充ちてこないの、座ることを好むようになる●50歳に

なると、肝気(かんき)が衰えはじめ、(略)目がぼんやりかすむようになる●60歳になると、心気(しんき)が衰えはじめ、いつも憂(うれ)え悲しみ、血気はすでに衰え、(略)横になることを好むようになる●70歳になると、脾気(ひき)が虚弱になり、皮膚は乾燥してカサカサになる●80歳になると、肺気(はいき)が衰弱し、言葉をしばしば間違える●90歳になると、腎気(じんき)が枯渇(こかつ)し、血気もなくなってしまう●100歳になると、五臓に貯蔵されていた気がすべてなくなってしまう、死んでしまう〉とあります。

これを読んで、若かりし頃を思い出したり、自分は老化が早いと心配したり、実年齢より若いと得意になったりと色々あるかと思いますが、本書の重要ポイントは五臓(ごそう)でしょう。五臓とは〈肝(かん)・心(しん)・脾(ひ)・肺(はい)・腎(じん)〉であり、西洋医学の肝臓、心臓などの臓器よりも広い概念です。肝は〈怒(ど)〉、心は〈喜(き)〉、脾は〈思(し)〉、肺は〈悲(ひ)・憂(ゆう)〉、腎は〈恐(きょう)・驚(きょう)〉といった感情とも結びつき、ココロとカラダは一体でお互いに影響しあうという「心身一如(しんしんいちにょ)」の考え方に通じています。36～44ページの〈五臓の弱点チェックリスト〉にて、まずは自分の心身の健康チェックをしてみましょう。具体的解決策が〈養生(ようじょう)〉の視点から一般論として、さらには年齢別、五臓のタイプ別に示されています。養生の上で大切な「食事・睡眠・運動・感情のコントロール」に留意し、心身のバランス・中庸(ちゅうよう)を保つことで、病気があっても、年齢を経ても元気でいられる秘訣が多数、語られています。99～111ページは「夏の暑さ、冬の寒さにくまく適応する」ための養生法となっており、北海道の冬を過ごすにあたって、ぜひ読んでみてください。



MINAMI 1 JO HOSPITAL INFORMATION

南一条病院インフォメーション

入院患者さんにプレゼントを贈りました

今年も、正面玄関に大きなクリスマスツリーを飾りました。そして、入院患者さんに病院からのクリスマスプレゼントと、手作りのクリスマスカードをお贈りしました。プレゼントは、当院でボランティアをしてくださっている皆さまがひとつひとつラッピングして下さいました。心のこもったプレゼント、患者さんの皆さまにもお喜びいただけました。



外来担当医一覧

※令和8年2月1日より変更

科目	時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
循環器・腎臓・糖尿病内科	午前	高木	青山	青山	工藤	工藤	ホームページ参照 ※1
		占部	高木	土田	土田	占部	
		西沢 (腎臓専門外来・完全予約制)	鳥井	陳	神津	鳥井	
		土田 (セカンドオピニオン)					
	午後	土田	工藤	高木	青山※4 (透析専門外来)	青山	休診
			土田※2 (透析専門外来)	三浦 (循環器専門外来)	三浦 (循環器専門外来)		
	陳	占部	鳥井※3 (透析専門外来)	鳥井	陳		
呼吸器内科	午前	高橋	田垣	眞木 漢方外来 一般診療との並行診療	高橋	眞木 漢方外来 一般診療との並行診療	
	午後	田垣	眞木 漢方外来 一般診療との並行診療	高橋	田垣	高橋 禁煙外来のみ 完全予約制	休診
消化器内科	午前	小林	小林 (ドックのみ)	小林	小林 (内視鏡検査)	小林 (内視鏡検査)	休診
			長佐古 (内視鏡検査のみ)				
※5							

- ※1 循環器・腎臓内科外来の土曜日外来は第1・3・5週のみ。再診のみ(新患の受付は行っておりません)。
 ※2 循環器・腎臓内科の火曜日(原則として第2週のみ)午後は土田医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。
 ※3 循環器・腎臓内科の水曜日午後は鳥井医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。
 ※4 循環器・腎臓内科の木曜日午後は青山医師による透析専門外来の完全予約制(13:30~14:30)です。
 ※5 消化器内科の診察は、月・水曜の午前中のみとなり、その他は内視鏡検査とドックのみとなります。

ご予約のお問合せ

- 初めて当院を受診・他院からの紹介で当院を受診・3ヶ月以上受診されていない方

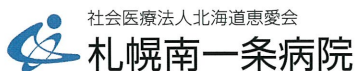
地域医療連携室【直通】 TEL:011-271-6050 FAX:011-271-6033

※お問合せ時間:平日/9:00~17:00 土曜日/9:00~13:00

- 再診受診のご予約、お問い合わせの方

外来予約専用ダイヤル TEL:011-271-3712

※予約・お問合せ時間:平日/9:00~16:30 土曜日/9:00~12:00



社会医療法人北海道恵愛会

札幌南一条病院

社会医療法人北海道恵愛会 札幌南一条病院

電車通り通信

VOL.48

〈発行日〉 令和7年(2026)1月27日

〈発行元〉 札幌南一条病院 広報委員会

〈診療科目〉 循環器・腎臓内科、呼吸器内科、糖尿病内科、消化器内科、人工透析、人間ドックほか

〈受付時間〉 平日 8:30~11:30、13:00~16:30

土曜 8:30~11:30

〈診療時間〉 平日 9:00~17:00 土曜 9:00~13:00

〈休診日〉 日曜・祝祭日・年末年始

〒060-0061 札幌市中央区南1条西13丁目

電話 011(271)3711

FAX 011(281)0275

URL <http://www.h-keiaikai.or.jp/minamiichijo/>

