施設紹介

医療法人仁真会　白鷺病院

院長　庄司　繁市　　理事長　山川　智之

1．病院紹介

白鷺病院は1974年（昭和49年）に開設し、1977年に世界初の多人数供給装置による重曹透析を開始しました。透析医療を中心とした腎・尿路系の専門施設であり、医療法人仁真会として、関連透析クリニック４施設を有しています。

病床は92床、透析ベッドは52床あり、外来には、腎疾患専門外来を設け、慢性腎臓病（CKD）初期よりの支援体制を整えています。また、血液透析および腹膜透析の導入や管理を行うともに、血管アクセスセンターを併設し、専用のカテーテル処置室を設けています。さらに、2010年より、オーバーナイト透析を開始するとともに、在宅血液透析の支援も行っています。

2．運動の重要性

CKD患者は、これまでの運動制限や安静の治療方針が見直され、今日では適度な運動が推奨されています。運動の効果としては、患者のQOL向上、身体機能の維持増進効果の他、腎保護作用なども報告されています。また、高齢化が進む透析患者においても、フレイル、サルコペニア、ロコモティブシンドロームが大きな問題となっています。当法人の外来透析患者で調査したロコモティブシンドロームのリスクは健常者の６倍強であり、透析以前の早い段階から運動習慣を身につけるよう啓発する必要があります。

3．透析中の運動療法

当院では2012年から透析中の運動療法を開始しました。ベッド上で行う下肢のストレッチ、おもりバンドを装着しての筋力トレーニング、エルゴメーターを使用した有酸素運動を実施しています。運動療法を安全かつ効果的に実施するために、リスク評価と運動処方の設定および運動療法の効果判定として、心肺運動負荷試験（CPX）と体力測定を運動療法開始前から６ヶ月経過ごとに測定して評価しています。

4．その他の運動療法

透析待ち時間を利用したラジオ体操やロコトレ（片足立ち、かかと上げ）を実施しています。楽しんで継続できるように

医療法人仁真会　白鷺病院
〒546−0002　大阪市東住吉区杭全7−11−23
URL：http://www.shirasagi-hp.or.jp/

スタンプカードを配布し、スタッフも一緒に参加しています。入院透析患者を対象とした院内デイケアでは、座位でも行える運動プログラム（おたっしゃ運動）を実施し、レクリエーションや脳トレ、みんなの体操、ボール運動などの集団指導をおこない、単調な入院生活に変化をもたらし、患者の心身の機能回復を促進しています。その他、病院スタッフと共に３km程度の散策を行う「白鷺歩こう会」も定期的に開催しています。

5．保存期腎不全の運動療法

平成28年度診療報酬改定で進行した糖尿病性腎症に対する運動指導の評価し、腎不全患者指導加算100点が付きました。当院でも同年８月から腎疾患専門外来における運動療法指導を始めました。