

## One Point

ワンポイント

### 運転免許証で意思表示。グリーンリボンドライバーになろう。

平成22年秋以降に発行されている運転免許証の裏面には、臓器提供の意思表示欄が設けられています。家族や大切な人と移植医療について話し合い、お互いの臓器提供に関する意思を伝えておきましょう。

日本臓器移植ネットワークでは、運転免許証で意思表示しているドライバーを「グリーンリボンドライバー」と称し、運転免許証の裏の意思表示欄の認知と記入促進のPRを展開しています。全国で行われているキャンペーンの詳細は、グリーンリボンキャンペーンサイトをご覧ください。

<http://www.green-ribbon.jp>



#### ポスター (B2サイズ)

ポスターの掲示にご協力いただける方は、  
日本臓器移植ネットワークまでお問い合わせください。



#### 車両用ステッカー

一般の方々の車両に貼っていただき、運転免許証の裏面で意思表示する「グリーンリボンドライバー」の輪を広げましょう！ステッカーはコンビニエンスストアや一部のカー用品店で配布しています。グリーンリボン検定に合格した方にもプレゼントしています。詳しくはグリーンリボンキャンペーンサイトをご覧ください。数に限りがありますので、ご了承ください。

グリーンリボン 検索

## ACジャパンによる 2013年度の支援キャンペーンポスター

あめくみさんに出演いただき、「臓器提供について自分の意思を伝えることが大切」ということを分かりやすくメッセージにし、健康保険証や運転免許証などでも意思表示できるということも伝えていきます。ポスターの掲示にご協力いただける方は、下記までお問い合わせください。



## 携帯電話やパソコンから 臓器提供の意思を登録しましょう！

ホームページ

<http://www.jotnw.or.jp>

モバイルサイト

<http://www.jotnw.or.jp/m>

携帯電話、パソコンから臓器提供に関する意思の登録が可能です。登録後、IDの入った登録カードが発行され、本登録が完了すると、臓器提供の際に本人意思を確認する対象となります。



## 臓器移植に関するお問い合わせ先

〒107-0052 東京都港区赤坂2-9-11 オリックス赤坂2丁目ビル2階

フリーダイヤル ☎ 0120-78-1069

<http://www.jotnw.or.jp> にもさまざまな情報が掲載されています。臓器移植 検索



## 公益社団法人 日本臓器移植ネットワーク

臓器を提供してもよいという人(ドナー)やその家族の意思を生かし、臓器を提供してもらいたいという人(レシピエント)に最善の方法で臓器が贈られるように橋渡しをする日本で唯一の組織です。

<http://www.jotnw.or.jp/m>

## ●医療機関の皆様へ

脳死後でも心停止後でも、ご本人の意思が不明な場合、ご家族の承諾で臓器が提供できるようになりました。ドナー情報には、24時間対応しております。ご本人の臓器提供を希望する意思表示があるか、ご本人の意思が不明な場合に、ご家族が臓器提供について説明を聴くことを希望されましたら、下記フリーダイヤルにてお知らせください。

ドナー情報用全国共通連絡先 ☎ 0120-22-0149



# think transplant

臓器移植経験者の手記

Vol. 22

普通の生活を送れることが  
どれだけ幸せかと言うことを  
一日一日実感し生活しています。



Title: World is One 作者名:リウセイ Age:7 中国



この表紙の絵は、「子供地球基金」により提供された画材等によって世界中の子供達によって描かれたものです。



## 31年間の人工透析から

## 献腎移植を経験して

### 腎臓病から人工透析に

2011年の3.11東日本大震災が発生した同年春に献腎移植を受ける機会をいただき、長年の透析治療から離脱することができました。最初に腎臓病が見つかったのは1973年16歳の時です。高校の健康診断で蛋白尿が見つかり腎臓病であることがわかりました。最初の頃は腎臓病のことが何もわからず、病気に関するいろいろな情報を得ていく中で、家族も含めかなり混乱したことを記憶しています。検査をしていく中で慢性糸球体腎炎と診断がつくまでにさほど時間がかかることはなく、数年後には人工透析が必要と医師から説明を受けました。その後大学に進学すると、腎臓の機能もかなり低下し、日ごとに疲れやすくなり、家で横になることが増え、人工透析へ一步一步近づいていることを実感しました。「なんで自分だけがこんな病気になったのだろう」「悪い夢でも見ているのではないか」と思いながらも、現実から逃げられないつらさが今も記憶に残っています。

そのような経過を経て、1979年の春、大学4年の時に透析を導入し、献腎移植を受けるまでの31年1ヵ月の長い透析生活が始まりました。当時の透析技術は、現在とは異なり厳しい環境の中で治療を受けました。多くの患者は皮膚の色が黒く一見するだけで健常者とは異なり、人工透析を行っても、体内の毒素や余分な水が充分除去できないことや、透析中に急激に血圧が下がってショックを起こすなど透析のたびに苦勞しました。また、エリスロポエチン製剤(貧血を改善する薬剤)もなく、今では、考えられない強い貧血の中で生活をしていました。鼻出血や少し歩くと息切れがしたり、夏などは周りの風景が急に白黒に見えたりし、当時は「透析をすることが辛い・苦痛なこと」と思っていました。

### 将来への不安と移植への期待

卒業後は、夜間透析をしながら仕事にも就きました。体調を崩して休むこともなく順調に経過して

いきましたが、透析生活も20年が過ぎ、30年近くなると長期透析による合併症が徐々に出てきました。手根管症候群、脊柱管狭窄症、頸椎狭窄症などの症状が出てきて、手足のしびれや100メートルも歩くと足が痛くなり歩けなくなるなど、日常生活での行動の範囲が大きく制限されるようになり、朝夕の通勤も厳しい状況になってきました。2010年の春には頸椎狭窄症の手術も受けました。術後は、車椅子でしたがりハビリを受け、杖をついて歩けるまでに症状は改善しました。しかし、透析治療を続けている限りは、再発の心配からは逃れられない状況が続きました。このまま仕事は続けられるのか?将来、寝たきりになるのではないかと、将来への不安が何よりも一番辛く感じました。

献腎移植の登録をしたのが、1984年頃のように記憶しています。当時は、まだ、日本臓器移植ネットワークがなく、国立佐倉病院(当時)を受診し、献腎移植登録を行ないました。

献腎移植の連絡は、今までに3回いただきました。1回目、2回目は、最終的に献腎移植が叶わず、2011年の春に3回目で献腎移植を受けることができました。連絡を頂いた時には、拒絶反応や感染症などの不安と期待が入り混じる中、長期透析でこれが最後のチャンスになるのではないかと決断し、移植を希望することを移植医の先生に伝えました。

### 移植によって取り戻した普通の生活

金曜日未明に連絡を頂き、週明け月曜日に移植の為の検査を行う予定で自宅待機をしました。この間、「長期透析で本当に移植手術ができるのか」「拒絶反応や感染症は大丈夫なのか」「断れば良かったのではないかと」「入院はどれくらいになるのか」等移植への期待と言うよりは、不安が多く、気持ちが沈み、夜も十分に睡眠が取れない状況でした。

月曜日の午前4時頃に緊急の呼び出しを受け、移植病院にタクシーで向かいました。移植病院では、すべてが準備されていて、移植のための検査、術前の臨時透析を行ない、午後3時過ぎには手術室に入りました。夜の10時頃に手術は終わったようですが、睡眠不足もあり翌朝まで熟睡してしまいました。不謹慎ですが、手術が終わったというよりは、朝までよく寝たというのが正直な感覚でした。目が覚め落ち着くと、すぐにドナーの方のことを考えました。当然、ドナーの方の情報はなく想像するだけでしたが、ドナーの方への心からの感謝と、移植を受けるためには、人の死が在ることの重みを改めて実感しました。透析患者として、治療を受けながら少しでも長生きがしたいと日々願っていた私にとっては、ドナーの方や

ご家族の気持ちは察するに余りある非常に重いものでした。

心停止後の移植なので、すぐに尿が出ることもなく、その後1週間程度で徐々に腎臓が機能し、透析は術後3回で離脱しました。膀胱は30年以上も使っていなかったため非常に小さく排尿の管理にとても苦勞しました。しばらくはオムツを使っていましたが、徐々にオムツもどれ自分でトイレに行けるようになりました。改めて実感したことは、長期間自身の生活習慣の中で「オシッコ」のためにトイレに行く習慣が完全に欠落していたことでした。

### 感謝の思いを胸に

術後大きなトラブルもなく、薬の服用、食事管理(食べ過ぎないよう)、血圧管理、体重管理、感染予防などに気をつけて毎日生活しています。長期透析による合併症も徐々に改善され、杖を使わなくても歩くことができるようになりました。普通の生活を送れることがどれだけ幸せかと言うことを一日一日実感し生活しています。

献腎移植を受け2年程が経過しましたが、ドナーの方、ご家族の方への感謝の気持ちは、今も変わっていません。献腎移植を受ける機会をいただけたことに感謝し、時には夢のように思い、日々生活を送っています。ドナーのご家族の皆様と直接お会いし御礼を申し上げたい思いでいっぱいですが、現在の制度の中では、それは叶いません。

私は、長年福祉関係の仕事に携わってきました。力不足ですが、この仕事を通じて社会に少しでもお返しさせていただくことが私の役目と信じています。お預かりさせていただきました腎臓を大切に、これからも社会の役に立てるよう頑張っています。



移植後職場で