

豆共だより

透析新聞 豆共だより発行！！

今年の7月で当院透析センターは丸7年目となります。スタッフも増え、また患者様も増えました。7年目を迎えるに当たりこの度、透析新聞 豆共だよりを発行することとなりました。

旬な情報などを掲載し交流の場となればと思っております。皆様活発なご意見やこんなこと掲載して欲しい！や自慢のお話などなどありましたら是非お寄せください！！

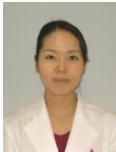
豆共だよりのマスコットキャラクターの豆助&豆代そしてダイアイザ-の大切な方もかわいがって頂けると幸いです♪

豆共だより発行によせて 三好センター長



この7月で当院透析センター7年目となり患者様も50名程度となりました。日々行っている透析治療を含めた治療などは今後も継続していくことはもちろんですが、当院透析室での活動、患者様の知りたいこと、患者様やスタッフのその他の情報など発信することにより患者様、そしてご家族などと交流の場となればとスタッフ一同考えこの度豆共だより発行となりました。透析スタッフ、患者様、ご家族様との距離感がより近くなるような紙面になるようにしていきたいと思っております。

教えて！！先生 今回は高橋先生です♪



透析では水分制限が必要なのはなぜでしょう。テレビでもあつくなったら水分をしっかり取るようよく言っています。しかし、腎不全で透析を行っているとう水分を取りすぎないように何度も言われると思えます。

腎機能が悪くなり透析を開始すると個人差はありますが、徐々におしこの量がへってきます。おしこが減った分飲んだ水分はすべて体にたまります。たまった水分はまず、むくみとしてあらわれますが、ひどくなると胸水になったり心臓に水がたまり心不全になったりします。こうなるとむくみだけではなく、息切れ、動悸、呼吸困難といった症状につながり緊急透析が必要になります。横になると咳が出て息苦しくなるというのも心不全の症状であることがあります。

また、症状はなくても2~3日分のたまった水分を一気に透析でひいてしまうと血圧が下がりふらつきにつながります。水分を控える事で、生活の質を落とすことなく透析自体も苦痛なく行うことが出来ます。少しずつ頑張ってみましょう。次号へ続く...

透析運動療法＝腎リハ始まる！！



3月より透析運動療法すなわち腎臓リハビリ(腎リハ)がよいよ当院でも開始されました。山下看護師監修のもと、にわか動画制作チームにより作成された動画でリハビリが行われています。今回は腎臓リハビリについて山下看護師にインタビューしました。

☆透析患者さんに運動療法が必要な理由として、心血管系疾患になりやすい、サルコペニアやフレイルになりやすい、運動療法が腎保護作用を有すると言われております。この事から、当院でも透析中の運動を開始しよう立ち上がりました。透析中ですので血液透析回路をつけたまま、ベッドに寝たまの動きが制限された中で考えたのが「音楽に合わせてのエクササイズ」です。大勢で行う事で恥ずかしさも軽減でき、何よりみんなでリズムにのることで楽しさもあります。



初日は「長いね」「筋肉痛になったよ」と言われていたのですが、約2ヶ月経過した今、「もうちょっと長くても良いね」「家でも運動しよう」と嬉しい言葉も頂いております。皆さんもおすすめの曲、思い出の曲がありましたらスタッフまで声をかけて下さい。お待ちしております。



リハビリ中
ダイアイザ-のダイちゃん

心のオアシス

皆さん、センター内の塗り絵をご覧になられたことがありますか？あの絵は90歳の男性患者さんの作品です。入院中から塗り絵をされていたそうです。施設に入所されてからも継続され作品ができると持って来てくださいます。色使いもとても繊細で私たちスタッフも毎回癒されています。みなさまも何か紹介したいものご自慢等ありましたら是非スタッフにお声かけ下さい。この場で紹介させていただきます。お待ちしております♪



お知らせ

定期採血の予定 5月8日(月)・9日(火) 5月22日(月)・23日(火)
6月12日(月)・13日(火) 6月26日(月)・27日(火)
7月10日(月)・11日(火) 7月24日(月)・25日(火)

～事務からのお知らせ～

更生医療(自立支援)の更新が6月切れの方に支所での手続きをお願いいたします。今年度より、マイナンバーの提示が必須となっております。そのため、代行申請が難しくなってきましたので、患者様、ご家族様での申請をよろしくお願いいたします。また、福祉医療の期限が切れるため、新しい証書が届くと思います。ご提示の方よろしくお願いたします。

