



豆共だより

No8

今回のテーマは便秘です

透析患者さんは便秘になりやすいって本当！？

便秘の原因

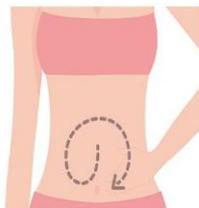
- 1 大腸の運動が弱い 運動不足
- 2 きばれない 腹筋が弱い
- 3 繊維不足



Kと水分制限で野菜類や豆類、海藻類が十分に取れない為

- 4 飲水制限
- 5 便秘になりやすい薬の服用

リンを下げる薬(レナジェル、ピートル、カルタン、ホスレノールなど)・カリウムを下げる薬(アーガメイトゼリー)
コレステロールを下げる薬等



便秘対策

- ・運動 ウォーキングやお腹に力を入れる練習
- ・「の」の字マッサージ
お腹を温めたり、お臍の周りをマッサージしてみよう
- ・どうしても改善出来ないものには下剤の活用

下剤の種類

- 1.腸内環境を整える ビオフェルミン
- 2.便を出しやすくする
 - ・ラキソベロン(ピコスルファー)
液体なので自分で量を調整しやすい
 - ・プルゼニド(センノシド)錠剤
- 3.腹部膨満感を改善 大建中湯(ツムラ100)
- 4.坐薬 テレミンソフト坐剤 肛門から直接入れるため、非常に短時間で効き始める



事務よりお知らせ

- ・ 福祉医療費受給者証
- ・ 後期高齢者医療被保険者証
- ・ 国民健康保険被保険者証



6月・7月が更新月となっております。

新しい保険証等届きましたら、確認させて頂きたいのでご提示
お願いします。スタッフまで。

患者様・施設の方へお願い

月2回の定期検査時にペンレス・エムラクリームの薬袋を再利用しますので捨てずに持参して下さい。



定期検査の予定

8月13日(月)14日(火)/27日(月)28日(火)
9月10日(月)11日(火)