



謹賀新年



いきいき新聞

第一号 二〇〇九年 元旦

皆様明けましておめでとうございます。旧年中はいろいろとお世話になりました。本年もよろしくお願いいたします。

昨年8月に当院は開院いたしました。皆様には新しいクリニックでいろいろとご不安な点があったにも関わらず移って来ていただき本当に有難うございました。御陰様で大きな事故もなく無事に新年を迎えることができ大変うれしく思っています。まだまだ至らない点が多々あると思います。しかし皆様から『透析の後が楽になった、食欲が出てきた、歩く距離が増えた』などのおこぼれをいただくとうれしく、もっともつとよい透析をより良い環境で受けていただけるようにがんばらなければと思います。透析治療は皆様の日常生活の一部です。透析に来ていただく時間が人と人とのつながりを実感でき、安らぎを感じていただく時間になるようにスタッフ一同いきいきとがんばっていききたいと思えます。お気づきの点があればどんどんお申し出ください。少しずつ、でも着実に、皆様のご協力とスタッフの活躍、そしてもちろん私と副院長の頑張りでこのクリニックをみんなでよくしていきましよう。今年も皆様のお元気なお姿が見られるようにお待ちしております。

元旦 院長 横木広幸

患者さんのホントの気持ち

【プロフィール】

- 透析歴 (二十余年)
- 透析時間 (4〜5時間)
- 職業または前職
(島根県児童家庭科・中央児童相談所・保育専門学院(現 島根県立大学短期大学部) 栄養士・ケースワーカー・保育)
- 趣味(読書・花作り・映画鑑賞・短歌 等)
- 透析導入前に好きだった食べ物 (刺身(ウニ・貝類・お肉))
- 透析導入後に好きになった食べ物 (変わらない)



■生活の中で心がけていることは？

手足、身体を動かさし筋肉をつける事・身の処理・御詠歌の資格をとる為の練習(各級)※当面二十一年度、二十二年度、二十三年度受験予定。

■透析中に考える事はどんな事ですか？

寺院の事・家族の事・今日の予定・短歌・御詠歌：等。

■透析室にこんな物があったらいいなあと 思うもの。

透析に関する雑誌(透析ケアなど)
※前日は透析中にする事や読み物を準備する事に終始している為。

■透析を継続していくのに一番の不安は？

合併症の問題・シャントの状態：等。

■透析を継続していくことの支えになっているものは？

家族の“しあわせ”・自分自身の成長・寺院の発展

■透析治療の中で一番辛い事は？

合併症の経過がいい方向に行かない時。しかし、仕方の無い事として受け止め、いつか良い方向に向いてくれる事を思い頑張っている。

■透析医療で問題を感じる事は？

合併症(特に整形)の状態、説明が分かりにくい(図で解る様、記録にしてほしい)

■透析医療者にもらって一番嬉しかった事は？

シャントトラブルで困っている時、希望のある声をかけ、励ましてもらった事。

■もう透析が嫌だと感じるのはどんな時？

導入当初は嫌だと思ふ事はいろいろありましたが、次第に現状を仕方の無い事と受け止め、日頃は忘れる様に行き詰まった時など、どうにかならないかと思ふ時もあります。

■ここだけの話ー透析医療者へのクレーム。

何事も誠意をもって当たっていただいているので思い当たりません。ただ、穿刺の箇所等に、時に思いをめぐらせていただければと思います。

■透析医療者の言葉で印象深い一言たち。

・海外旅行に非常に好意的であって、勇気を与えられ、いい体験が出来ましたが、欧州を最後にこれで旅行は終了することを告げた時に、主治医さんの『もうやめるんですか』と云われた時、透析導入等、悩んでいる時、女医さんの『私達は患者さんから学ばせていただいているんですよ』といわれた時、その女医さんに憧れ、中3の次女が「何年かかってでも医者になりたい」と病室で云った時（結局は実現しませんでした）が・・・）



私の正月の過ごし方

Kさん

毎年、年始を包んで近所のお寺に年始に行く。今年は元旦が透析休みなので、行きます。

Aさん

・八重垣神社
・武内神社
・熊野神社
3社詣出に行きます。



Sさん

年末年始は家で過ごします。30日から親族一同16人があちこちから集まってくる。元旦は誕生日なのでそれを祝ってもらってからお年玉を配る。

Fさん

家族で温泉に入って新年を迎えます。

F☆さん

3日は浜田のアクアスに息子が連れて
行ってくれます。初めてで・・・♪
人は多いと思いますが、行ってきます。



Mさん

元旦は、檀家の人々の年始受け。3日は全檀
家さん(250件くらい)へのご挨拶まわり、
昼食作り。4日の昼は折詰弁当。夕食は子
供たちと会食です。

☆お正月はご詠歌の練習をします。

Mさん(職員)

年末は親戚一同でもちつき大会。
それが終われば正月がすんだも
同然。正月は働きま～す



Tさん

お正月の過ごし方は透析もあるので、あんまり動かないんですよ。
元旦は近くの子供も帰ってきて、食
事を作ったり大変です。のんびり過
ごしたいけど・・・

Fさん(職員)

今年は娘の成人式
なので、元旦は写真
の前撮りに行きます。



Oさん(職員)

今年初めてお正月3日間を休ませ
ていただき、何をしようか…???

Nさん(職員)

大好きな夫の実家と、私の実家に
年始に行きます。

Tさん(職員)

餅を食べてテレビを観て一人で笑
って過ごす!!

Aさん(職員)

正月明け、皆さんに「誰?」と言わ
れない程度に食っちゃ寝～

K事務長(職員)

正月は一人さびしく、テレビを見
ながら酒を飲んで寝るだけです。

いつもと一緒になのです・・・



ザ・横別学習塾

第一回目は透析時間の話をしてみましょう。

透子さん

先生、私は4時間透析なんですけど、他の人は4時間半とか5時間の方もおられますよね。どちらが良いのでしょうか？

横別先生

良い質問ですね。透析時間は残在する腎臓の働き具合やその人の食事内容、水分摂取量によります。

24時間働く腎臓のかわりをするわけですから、透析時間が短いほど身体への負担も大きくなります。心臓や血管の合併症予防のためにも、4時間以上の透析が望ましいと言われてます。さらに、5時間の方は、毒素も抜けやすく、一時間あたりの除水量も少なくなるので、身体の負担は少なくなります。

透子さん

じゃあ、私も5時間にした方が良いですか？

横別先生

現実的には時間が長くと拘束時間も増えますので、どの位で折り合いをつけるのが良いかは相談によります。

透子さん

食べ過ぎが続くと、5時間になるよ。と聞いた事がありますが・・・

横別先生

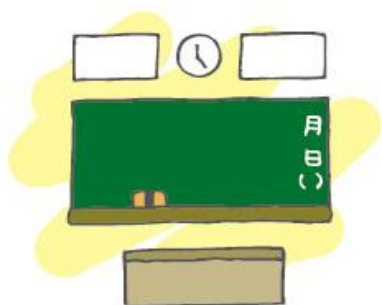
そうではないんですよ。ある程度はしっかり食べて、無理のない時間をかけて、きちんと透析するのが良いと思いますよ。

透子さん

あー、少し難しいけど、そこらへんは先生とじっくり話し合ったら良いですよ。

横別先生

そうですね。なかなか透析中にお話できない事でも時間をとってゆっくりお話ししましょう。



編集担当者

