



いきいき新聞

第8号

平成 23 年 4 月 10 日（日）、クリニックで 3 回目となるお花見会を開催しました！

HP 上では個人情報配慮して顔写真等は掲載しておりません

○初めて参加された方のご感想です

「当日はお天気も良く、桜の花もちょうど見ごろでとても綺麗でした。透析の曜日が違う方たちとも出会え、一緒にご飯を食べたりお話をしたりと、とても楽しかったです。お花見会によって、患者さんだけでなく職員の方たちに対しても親しみが湧いてきました。主人も一緒に楽しんでくれましたし、安心したようでした。また来年も、楽しみにしています。」



## ～いきいき．クリニック腎友会より～

今年度より腎友会の会長を務めることになりました。透析歴は当初の移植をしていた時期を含めると、いつの間にか26年になります。

腎友会は各透析病院で組織され、県腎友会の下にまとめられていますが、東京には更にそれらを統括する全腎協の事務局があります。各腎友会では、患者同士の親睦を深めるためのレクリエーションや新年会などを企画したり、より良い透析環境を目指してスタッフと協議したりします。また、全腎協ではこれまで厚労省に陳情、要請を行って透析者の医療や生活の向上に努力してきましたが、福祉が後退する近年は特にその活動が重要となってきています。いきいきでは、当初の立ち上げから腎友会活動への参加などスタッフの方々のご尽力を頂き、とても助かっております。(ごますり (￣▽￣);)

この場を借りてお知らせですが、7月24日(日)にクリニックと共催で講演会(勉強会)を開きます。クリニックの先生に講演していただき、県腎友会会長にご自身の長い透析経験や「笑い療法」についてお話しいただきます。ぜひご参加ください。なお、秋にはレクリエーションを考えていますので、どこへ行きたいか、何をしたいかなどご提案やご意見をどしどし出していただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

平成23年6月21日 腎友会会長

## 「震災に学ぶ」

3月11日に起こった東日本大震災の後、私たちは“巨大災害と透析医療”をテーマに学ぶ機会がありました。講師を務めてくださった赤塚東司雄先生は、過去に十勝沖、新潟中越、福岡県西方沖の各地震を経験、取材され、それらをもとに透析室地震被災の研究を行い、今日の透析における災害対策を構築されました。

講演会では今回の震災後の被災地の状況を紹介され、厳しい環境の中で透析治療を受けておられる患者さん達の姿を目の当たりにしました。他院透析を余儀なくされ、バスを使い集団で移動。多数の透析患者さんを受け入れる側の病院は24時間フル稼働。透析時間も通常約4時間のところを2時間しか受けられない状況。バスで数時間かけて通い短時間の透析、それが精一杯の対応。透析が終わり、また数時間かけて帰る先は空調設備の無い避難所…透析患者さんにとって大変過酷な状況であり、胸の締め付けられるような思いで聞きました。

そして、災害に備えて今までに考案した対策を一つずつ点検し、不足している項目を早急に整備することの必要性を感じました。



そこで、患者様へお願いです



- 以前、皆様にお配りした【透析災害対策手帳】をお読みください。
- 透析室での履物を変更される時は、スリッパでなくズックや靴をお選びください。
- 巨大災害の場合、通常の透析ができず短時間透析となる場合がありますので、ドライウェイトで毎回の透析が終わるよう体重増加に気を付けましょう。
- お薬を含め、大切なものはすぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- 緊急連絡先を確認しておきましょう。

ザ！横別学習塾（第8回） ～ 今回は「貧血」のおはなし ～



透子さん「先生、最近体の調子がいいんです♪体のだるさがなくなった様な気がします。あの注射をしたからでしょうか？」

横別先生「あの注射とは??」

透子さん「透析の終わりに看護師さんが『〇〇の注射をしますね。これは血液を作るために必要な注射ですよ。』って。」

横別先生「ああ、そうそう。透子さん、少し貧血気味だったので先月から貧血の注射をしています。」

透子さん「もうひとつ、黒くて太い注射がありますよね（+α+）？あれも貧血の注射なんですか？」

横別先生「そう、あれは鉄剤の注射で、血液をつくる材料として欠かせないものなんです。貧血といっても種類があり、透析患者さんで一番多いのが、エリスロポエチンという造血ホルモン（血液をつくるためのホルモン）の不足による腎性貧血です。クリニックでは2週間に1度の定期血液検査で貧血のチェックをしています。個人差もありますが、おおよそHt 30%未満、Hb 10g/dl未満で内服・注射の治療を開始しています。その他に、鉄分子の不足による鉄欠乏性貧血もあります。鉄欠乏性貧血の検査は、月に1度行っています。治療開始の目安は鉄飽和率20%以下、貯蔵鉄（フェリチン）100μg/ml以下です。また、胃や腸などの消化管からの出血（痔なども）も貧血の原因として重要です。患者様には年に1度、胃カメラや大腸の検査を受けていただくようお願いしています。」



透子さん「どこへ行けば検査できますか？」

横別先生「検査設備のある病院ならどこでも可能ですよ。」



透子さん「よしっ！今年は頑張って胃カメラの検査を受けてみよう（^v^）。ついでに他のがん検診もやってもらっちゃお〜♪」

横別先生「そうですね。病気を早期発見するためにも、頑張って受けてくださいね。毎年、ご自分の誕生日を検査月にするなどしておくと、毎年忘れることがなくて良いかもしれませんね。」

透子さん「分かりました！ありがとうございました。」



個人情報に配慮して  
顔写真の掲載はして  
おりません

氏名 : Kさん  
干支 : 午 (うま)  
血液型 : O型  
出身地 : 大阪府  
趣味 : 釣り・ゴルフ  
車・旅行  
特技 : カラオケ・運転

(ちょっとした自慢)

高校生のとき、東京放映タレント事務所のオーディションに合格したこと (約5万人のうちの3人に入りました)

(自分が大事にしている事・物)

家族との時間・車・Dior “ディオール” の香水

(ご挨拶)

臨床工学技士歴は少し長くなりますが、まだまだ皆さんと一緒に成長していきたいと思います。  
もと大阪人ですが、よろしくお願ひします。

個人情報に配慮して  
顔写真の掲載はして  
おりません

氏名 : Nさん  
干支 : 辰 (たつ)  
血液型 : O型  
出身地 : 宮崎  
趣味 : ガーデニング・菓子作り・音楽鑑賞・スポーツ観戦・インターネット

特技 : 地震の揺れにも雷の音にも全く気付かず眠れます。

(ちょっとした自慢)

高校生のとき、テニスの大会で県のベスト8に入りました。

(自分が大事にしている事・物)

愛犬との散歩・2年前にフランスで買った絵

(ご挨拶)

入って2ヶ月になります。まだまだ分からない事も多いですが、皆さんに信頼して頂けるように笑顔で頑張っていきたいと思っています。

