

# ラディッシュ通信

## 2014年冬 特大号

院長より

### インフルエンザ がやってくる

冬になると街にやってくるのは  
サンタクロースだけではありません。



毎年のことですが、インフルエンザが流行する時期です。秦野伊勢原医師会からの情報によると、今年は11月下旬からA型インフルエンザが散見され、例年よりも早い流行が心配されています。

さてインフルエンザの予防ですがどうしたらよいのでしょうか？まずは昔からよく言われていると思いますが、「自宅に着いたら うがい と 手洗い」です。なーんだ！と思われるかも知れませんが、本当に大切です。何事も基本が大事ということですね。「外出時には マスクをする」こととともに、人ごみにできるだけ出かけないことも肝要です。無用な外出は控えましょう。部屋を暖かくしたり、加湿器などで湿度を上げることも予防になります。光熱費も気になるところですが、あまり我慢しすぎないようにしましょう。

もしインフルエンザになってしまったらしっかりと治療しましょう。マスクをして、そして周りの人との接触をできるだけ避けてください。熱が下がってからも2日間はずうつ可能性があると言われていいますので注意しましょう。

インフルエンザワクチンの予防接種はインフルエンザの予防にもものすごく重要です。今年も多くの方がワクチンを打ちました。ワクチンというのは自分自身を守るとともに、周りの人へうつさない為の配慮でもあります。来年はすべての患者さんにインフルエンザワクチンを打ってほしいものです。

★発熱時やインフルエンザの発症が  
疑われる時は、クリニックに来院  
する前に必ず連絡をしてください。

★発熱などで他院を受診し、イン  
フルエンザの診断を受けた際は  
必ず当院に連絡をしてください。

#### お知らせ

- \* 年末年始はカレンダー通り透析を行います。
- \* 1/1(木)、お弁当はありません。

#### ☆当院使用ダイライザの特徴☆

臨床工学技士より

今回は「NF」について紹介します。  
通常の拡散という作用に加え、膜への  
吸着という機能を持ち合わせています。  
この特徴を持つダイライザは、日本透析医学会  
の機能分類でS型という特別な機能をもつものと  
定義されています。

吸着の作用により、痒みの改善効果をはじめ、  
イライラなどの不快な症状の改善効果が  
特に多い、との報告を受けています。

#### 【注意】

全ての方に効果があるわけではありません。  
次回は「APS」を紹介予定です。



薬はきちんと  
飲めていますか

DrやNsは処方箋に  
書かれた通りに内服  
していると思ひ、皆様の

ナースより



データや体調を見させていただいております。

- #毎食後の薬だけれども朝食を摂らないからあまる...
- #血圧が低いため、降圧剤を自己判断で止めている...
- #便秘になる、ガスが溜まるなど症状が出るため飲みたくない...

このような生活習慣や体調の変化などは随時お知らせください。大量にある残薬の調整や薬の変更などを対処していきます。



薬の貸し借りはやめてください

個人の状態・体調に合わせて薬を処方しております。ペンレスなどもおひとり当たり処方できる枚数が決まっております。患者様同士の薬の貸し借りはおやめください。

サプリメントを  
摂取されている方

サプリメントを飲まれている方は、成分の中にカリウムなどが含まれている場合や、現在内服している薬との相互作用もありますので、スタッフに伝えていただければ、お調べ致します。お気軽に声をかけて下さい。

おねがい

### ● 来院時間について

午前クールの方・・・ 8:00以降  
午後クールの方・・・ 14:30以降



患者数や要介助者が増加してきております。混雑を避け、安全に治療を行うため、時間厳守にご協力をお願いいたします。公共交通機関の事情等により早めに来院した場合でも、ロッカーの使用や体重測定は上記時間までお待ちください。尚、体調不良時は電話連絡のうえご相談ください。

### ● 空調について

ロビー・ロッカーの空調操作はスタッフが行います。調節が必要な際はお声かけください。また、運転/停止ボタンには触れないようお願いいたします。

## どうしても体重が増えてしまう...!? その原因は塩です。

栄養士より



体は、塩分濃度を一定に保つようなしくみになっています。図のように「塩を摂ると水が飲みたくなり、水を飲むとしょっぱいものが食べたくなる」といサイクルを繰り返します。本来であれば、尿を出すことによって体に溜まった余分な水分や塩分は排泄されますが、腎不全の患者さんは尿が出ないためすべて体に溜まります。これが、透析間の体重増加です。



まずは、食事の塩分（食塩）を減らすようにしましょう。

- ・汁物、めん類、鍋物は回数を減らす（食べる時は汁は飲まない）。
- ・漬物、佃煮、梅干しは極少量に。
- ・しょう油、ソースは使う量をきめてかける。または小皿にわけて付けるようにする。
- ・そのまま食べられる食品は何もつせずに食べる。
- ・酸味、香辛料、香味野菜を使う（酢・唐辛子・生姜・ごま・しそ）。
- ・加工食品を摂りすぎない。



透析患者さんは味覚が低下している傾向にあります。気づかないうちに濃い味になっているかもしれません。少しずつ食塩を減らすことで薄味にも慣れてきます。「ちょうど良い味!」よりも「少し薄いかな?」を心がけましょう。

## 検査日程

### 胸部レントゲン

### 心電図

1月	9・10日(午前の方)	12・13日(午後の方)	12日・13日
2月	6・7日(午前の方)	9・10日(午後の方)	9日・10日
3月	6・7日(午前の方)	9・10日(午後の方)	9日・10日
4月	3・4日(午前の方)	6・7日(午後の方)	20日・21日



\* 検査日程は予定です。毎月の予定表で再度ご確認ください