

# ラディッシュ通信 17年夏号

## お知らせ

当院の送迎サービスは現在午前クールのみとなっていますが、今後「午後クールの迎え」の実施を検討しています。

今までと同様、車1台のため運行ルートや乗車人数、時間など利用条件を設けます。ご了承ください。

ご希望の方には詳しい説明をしますので、下山までお申し出ください。  
実施日が決まりましたら、またお知らせします。

## 【本当は恐ろしい!? 「便秘」のお話し】

横田先生より



生きるためには「食う」「寝る」「動く」「出す」のバランスがとれている必要があります。今回は、特に「出す」ことにスポットライトを当ててみましょう。

便秘で大腸に便がたまり過ぎると高カリウム血症になったり腸の壁が引き伸ばされて血流が悪くなったり、お腹が痛くなったりします。ひどいと虚血性腸炎を合併して腸が破れて命にかかわることもあります。恐ろしいですね。

逆に下痢も困ります。透析中の便意やお漏らしは肉体だけでなく心理的にもストレスです。恐ろしいですね。

必要な人は上手に下剤を使いながら、便秘を予防・治療して気持ちいい「お通じ」を実現しましょう。「出す」ことが少しでも快適になるよう協力して参ります。

## ☆透析の仕組みを知ろう☆

臨床工学技士より

### 「透析液はどういうもの？」

透析液は、ダイアライザーの中を流れています。透析液には、体の中から除去したい物質(尿素窒素、尿酸、リンなど)は含まれていません。一方、除去しすぎではいけない物質(カリウム、ナトリウム、カルシウム、ブドウ糖など)は、適正な濃度になるようにそれぞれ必要な量が入っています。

透析液の素はパウダー状の粉末で、機械室できれいな水に溶かし、各ベッドまで供給します。4時間の透析で約120リットルが流れ、血液中の老廃物の除去と、濃度バランスを調整しています。

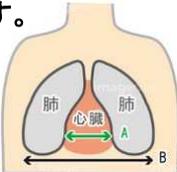


## 心胸比ってなあに？

ナースより



ドライウェイト(透析後目標体重)を決めるための検査のひとつで、レントゲンで撮影して測定します。胸郭の幅に対して心臓の幅がどのくらい占めているのかを見ます。



$$\text{心胸比} = \frac{\text{A:心臓}}{\text{B:胸郭}} \times 100$$

基準は、男性50%以下、女性55%以下ですが、個人差があるため、毎月測定し経過を見ることが大切です。



栄養士より

## 食中毒に注意！

食中毒の原因となる細菌のほとんどは、10~60℃で増殖し、36℃前後で最もよく発育します。

温度に加え水分と栄養の3つの条件がそろって時間の経過と共に細菌が増殖し、食中毒が発生する可能性が高くなります。今の時期は特に注意が必要です。

①つけない

②増やさない

③やっつける

- 石けんを使いこまめに手を洗う。調理器具を清潔にしておく。
- 調理前の肉や魚のそばに、生野菜や調理済食品をおかない。
- 食品は冷蔵(冷凍)庫で保存し、早めに食べる。
- 冷蔵庫の開け閉めは、素早く最小限にする。
- 食材の中心部まで十分加熱する。
- 電子レンジの場合、混ぜたり返したりしてムラなく加熱する。



## 検査日程

胸部レントゲン



心電図

8月	18・19日(午前の方)	14・15日(午後の方)	14・15日
9月	22・23日(午前の方)	11・12日(午後の方)	11・12日
10月	20・21日(午前の方)	9・10日(午後の方)	9・10日
11月	17・18日(午前の方)	6・7日(午後の方)	6・7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。

## 新入職員紹介

看護師	いなげ 久美子さん
臨床工学技士	よしだ けんたろうさん
	吉田 健太郎さん

よろしくお願ひ致します。