

「人生会議」って聞いたことがありますか？ 【ソーシャルワーカーより】

「人生会議」とは、もしもの時のためにあなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。とは言え、難しく考えずにまずは誰でもいいので周りの人とたくさんお話ししましょう！もちろん当院のスタッフでも構いませんので気軽にお声かけください。簡単なパンフレットを廊下に掲示しますのでぜひご覧下さい。



災害委員より

11/17（日）に全患者様対象の防災訓練を行いました。今回は、透析室で災害が起こった時の行動に加え、普段災害が起きた時の行動と心得についてもスライドを用いてお話ししました。来年も開催予定ですので、是非ご参加下さい。毎年9月に実施していた伝言ダイヤル体験訓練を、豪雨の影響で年明けの1/15(水)～21(火)に行いました。皆さん体験していただきましたか？災害時、クリニックの状況を知ることが出来ます。今後も伝言ダイヤル体験訓練の日程を掲示板でお知らせしますので、是非体験してください。

1日にどのくらいの塩分を摂っていますか？

栄養士より



体内では塩1gあたり水125mlを溜め込み、塩分濃度を一定に保っています。このことから1日の食事で塩分8g摂取すると水1000mlが引き込まれ尿の出ない透析患者さんでは透析間の体重が1kg増加することになります。透析間の体重増加は塩分量が大きく関係しています。

塩分摂取量＝透析間体重増加量(kg)×8(g)÷透析間(週初め2.5日)

例えば 週初め3.5kg増加の場合 $3.5\text{kg} \times 8\text{g} \div 2.5\text{日} = 11.2$
1日に11.2gの塩分を摂取していることになります。

★尿が出ている方は尿にも塩分は排泄されるため計算値より多くなります

塩分摂取量を調整すると体に引き込まれる水分が少なくなるため、透析間の体重増加は少なくなります。味噌汁、漬物、魚肉練り製品は控える、調味料はかけすぎない。だしを効かせる、酸味を使うなどの工夫をして適切な塩分摂取（1日6～8g）を心がけましょう。

2025年1月発行 望星大根クリニック

ラディッシュ通信

25年 新春号



【新入職員紹介】

臨床工学技士 **朝日 大樹**

あさひ だいき

宜しくお願い致します



	レントゲン		心電図
	午前の方	午後の方	全員
2月	10(月)・11(火)	17(月)・25(火)	17(月)・18(火)
3月	10(月)・11(火)	24(月)・25(火)	17(月)・18(火)
4月	7(月)・8(火)	21(月)・22(火)	21(月)・22(火)

発熱について：経過観察で良い場合もあれば、命に関わる場合も！

発熱は誰にでも時々起こる症状です。でも、透析患者さんの場合は注意が必要です。急な発熱は「感染症」のサインであることが多く、命に関わることもあります。透析患者さんが発熱した場合、院内感染を防ぐため、必要に応じて隔離透析となります。ご協力ありがとうございます。

発熱の多くは「風邪」やウイルスによる感染症が原因です。冬にはインフルエンザが流行し、39～40℃の高熱になることがあります。病状が軽くなってきたとはいえ、新型コロナウイルス感染（COVID-19）が透析患者さんにおいては重症化しやすく、まだ普通の風邪にはなっていません。注意が必要です。

★発熱時の対応

- ・当院では、発熱した場合、まずコロナやインフルエンザの検査を行います。
- ・発熱への対症療法は「カロナール」を処方しますが、細菌による感染が疑われる場合は「抗生物質」を使います。



透析室担当医横田先生より

特に注意が必要な病気として、「菌血症」があります。これは細菌が血液に入り、全身を巡る状態です。放置すると「敗血症」に進行し、命に関わります。そのため「血液培養」で原因を特定する必要があります。

★感染予防に有用と思われる次のワクチン接種をお勧めします。

- ・肺炎球菌ワクチン（5年に1回）
- ・インフルエンザワクチン（年1回）
- ・コロナワクチン（年1回）



発熱があれば、遠慮なくご相談ください。

来院前に電話して頂ければ幸いです。

適切な対応・検査・治療を進めて参りましょう。



DW（ドライウェイト）ってなに？ 『痩せたら、太ったらどうする？』

DW＝「透析後体重」のことです。

DWを決める指標

- ・体調
- ・血圧
- ・心胸比（CTR）
- ・手足のむくみ
- ・採血のデータ

等から総合的に判断します

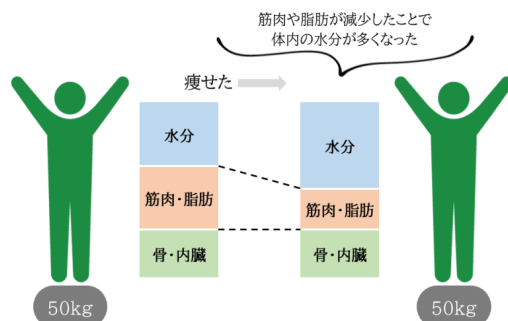
DWIは、きつすぎても、緩すぎてもいけません



【ナースより】

『痩せた場合』

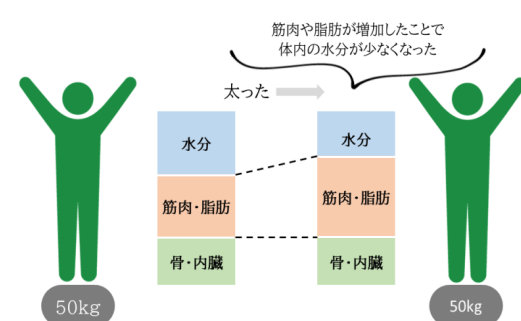
→脂肪や筋肉が減少した→DWを下げる



痩せてしまうから体重を下げたくない」といった声が聞かれますが「DWを下げたから痩せてしまう」のではなく「**体が痩せてしまったからDWを下げる**」のです。

『太った場合』

→脂肪や筋肉が増加した→DWを上げる



筋肉や脂肪がついたことによって、水分が減少しました。このままでは脱水状態になります。その為DWを上げます。

DW が正しく決められれば、心臓に負担がかからないか、と言えばそうではありません。心臓に負担をかけないためには、DWを適切に決めた上で、水分管理も行っていく必要があります。DWが適切であっても、透析間の体重増加が多ければ、その増加した水分が心臓に負担をかけます。また、たくさん除水をするとう血圧が下がりやすくなり、やはりこれも心臓に負担をかけます。ご自身の心臓を守るために、中2日空いた時の体重増加をDWの5%以内におさめることができるよう、ぜひ、毎日の自己管理をしていただきたいと思います。水分制限のためには、塩分制限が必ず必要ですから、まずは塩分制限を心がけるようにして下さい。