

 医療法人 豊水会

みずのクリニック

四季便り

冬

2014年 1月 25日

「JIN ～みずのだより～」 発行のごあいさつ

平素は、当法人の診療に、ご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。さて、この度「JIN～みずのだより～」を刊行する運びとなりました。この冊子を通じて皆様に関心のある情報をお伝えしていく所存です。季刊発行を目指しております。皆様のお役に立てればと思っておりますので、どうかご愛読くださいますよう、お願い申し上げます。

医療法人豊水会 理事長 水野雅夫

目次

- 1ページ 「水広分院からのお知らせ」
- 2ページ 「あしは道づれ」
- 3ページ 「当院で行う血液浄化の種類」
- 4ページ 「透析運動療法のご紹介」
- 5ページ 「栄養だより」
- 6ページ 「MAだより」
- 7ページ 「事務だより」

水広分院からのお知らせ

平成26年1月



☆院長あいさつ☆



院長 小野 正孝

現在当院は透析中心に活動しています。

曾我前院長を引き継ぎ、私が担当して3年半余りが過ぎました。

昨年7月には、月・水・金で夜間透析を開始して利用していただいています。

透析ベッド30床という小さなクリニックですが、非常勤医師の支援を受け、本院スタッフと連携する

ことにより、心臓・腹部・頸部などの超音波検査、動脈硬化関連検査、骨密度検査を院内で実施できるようになりました。

また、栄養指導、理学療法指導も加わり、診療基盤も年々充実してきていると思います。

今後は、皆様のご意見をいただき、それぞれの要素を調和・発展していき、診療レベルの向上につなげていければと考えています。

☆スタッフ紹介☆



私たちは、臨床工学技士2名、看護師10名、臨床検査技師、診療放射線技師、薬剤師、メディカルアテンダント、医療事務で構成されており、日々皆様が安心・安全な透析治療を受けられるようスタッフ一同連携を取りながら勤めております。

週に2～3回、4時間もしくは5時間の透析治療をするにあたり、自宅での血圧・体重・食事管理、生活背景を看護面で把握しながら、患者様に満足していただけるように勤めています。

特に生活背景では、足のケア、服薬管理などを行っています。

栄養管理などは、管理栄養士からの指導が入り、定期的な検査を実施して、今後起こりうる透析合併症の予防に勤めています。

これからも、皆様が治療に満足していただけるよう、スタッフ一丸となって向き合っていきたいと思っております。

次号は

シャント肢の手洗いについてお知らせいたします



あしは道づれ



みずのクリニック本院では、自分の足で元気に生活してもらうために足のチェックや爪切り、タコや魚の目、炭酸泉など足に関するケアに力を入れています。

自宅で生活するために、行きたい場所に行くために、今以上に悪くならないように私たちスタッフも寄り添っていきたくと思っています。

毎日鏡で顔を見るように足も毎日見ましょう。
みなさんの足はいつも頑張ってくれています。

足に薬や保湿剤を塗っている人は多いと思いますが、正しく塗れていますか？

今回は薬や保湿剤の塗り方を紹介します。

- ・清潔な手で塗る
- ・入浴後5分以内に塗ると効果的
- ・軟膏は柔らかくして塗る
- ・ちょっと多いかなという量を塗る(床やシーツに付く場合は多い)

保湿剤の塗り方



保湿剤を点々とおく



シワに沿って塗る
ゆびの間は菌が繁殖しやすいので
保湿剤は塗らない

水虫薬の塗り方



液の薬は



薬を点々と置き
指の間もきちんと塗る

症状が良くなっても
塗るのを中止しない

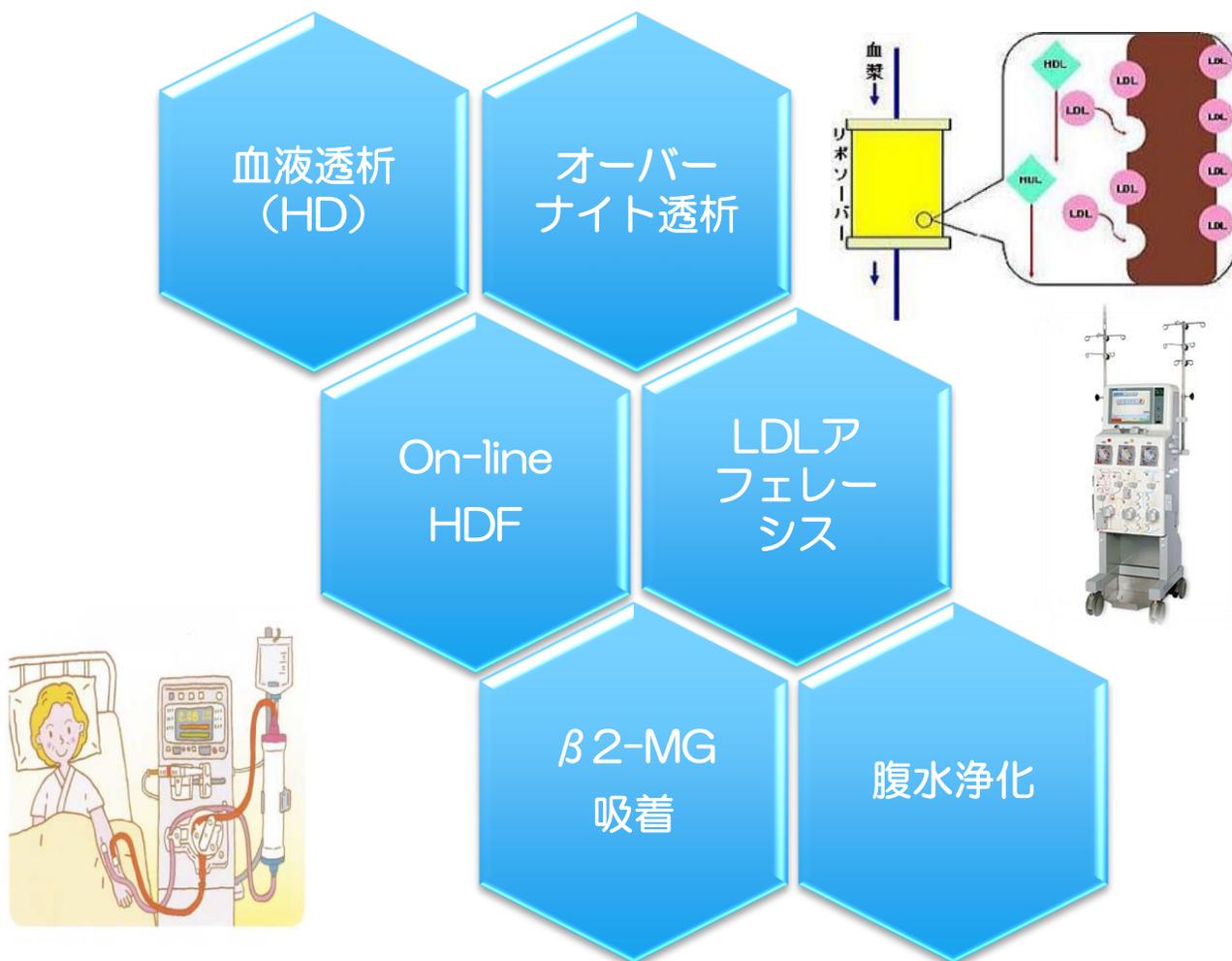
爪の根元

爪と皮膚の間に塗る

当院はピュアクリーンな透析液にて安心して透析していただけるよう心がけております。透析治療に関して気になることがございましたら何でも気兼ねなくお尋ねください。

当院で行う血液浄化の種類

当院では血液透析以外にも様々な血液浄化を行ってまいります。



次回よりこれらを分りやすく説明させていただきます。

透析運動療法のご紹介

近年では、「適度な運動が透析患者の生命予後を向上させる」という多くの研究報告があります。

透析中の運動は筋力増強や血流改善など心機能に対する効果もあります。

当院では、理学療法士が患者様に適した運動療法を提供し、QOLの維持向上を目指してしております。



透析中の運動療法

げんきホールでのストレッチ運動



運動を続けるポイントは、「まずは軽めにコツコツと！」ですよ。

栄養だより

～お詫び～

カルニチンの研究にご協力頂きまして、ありがとうございました。

皆様のご協力のおかげで、効果的なカルニチン摂取方法について明らかになってきました。

詳細がまとまりましたら、皆様にご案内させていただきます。

発表が遅れてしまい、大変申し訳ありませんでした。

栄養管理部の様子

12月15日に当院では入院患者様へのクリスマス会、外来患者様へは餅つき大会を行いました。今回はクリスマス会での栄養管理部の様子を紹介します！



今年のケーキは苺のサンタがいっぱいで可愛かったです♡患者様も大喜びでした！



今日のレシピ けんちんうどん

今回のクリスマス会での料理のひとつである「けんちんうどん」の作り方を紹介します。冷蔵庫の中にある食材で手軽に作れて、寒い冬でもぽかぽか温まりますよ♪

材料 (1人分)

- ・白玉うどん…150g
- ・鶏むね肉…40g
- ・さといも…20g
- ・にんじん…20g
- ・ごぼう…10g
- ・干し椎茸…1枚
- ・かつおだし…80cc
- ・砂糖…2g
- ・しょうゆ…6g
- ・酒…2g
- ・みりん…2g
- ・葉ネギ…3g
- ・油…5g

作り方

1. 里芋、人参は一口大、ごぼうはさがきに切る
2. 干し椎茸は水でもどし、一口大に切る。
3. 切った具は水から茹でる（茹でこぼし）
4. 鶏むね肉は一口大に切る
5. 鍋に油をひいて1～4までの食材を全て炒める。
5. 具に火が通ったら、そこにだし汁を加える。
6. 砂糖、しょうゆ、酒、みりんを加えて具が柔らかくなるまで煮る。
6. 汁が減ってきたら水を加える。
7. 別の鍋にお湯を沸かし、うどんを茹でる。
8. 器にうどん、具、汁、葉ネギを入れて完成。



ワンポイントアドバイス

水分制限・塩分制限のため

- ・具を多くして汁を少なくしましょう。
- ・うどんと具を食べ、汁は残しましょう。
- ・透析1日空きの時に1杯までにしましょう。
- ・油をごま油にすることでいい香りに仕上がります。

MAそら豆通信

みずのクリニックではスタッフと患者様を交えて様々な交流をしています。
今回は、昨年11月と12月で行ったイベントを簡単に紹介させていただきます。
11月 バス旅行 かぶちゃん村



本院患者様、水広分院患者様、みずのクリニックスタッフでかぶちゃん村入口にて集合写真を取りました。

12月 餅つき



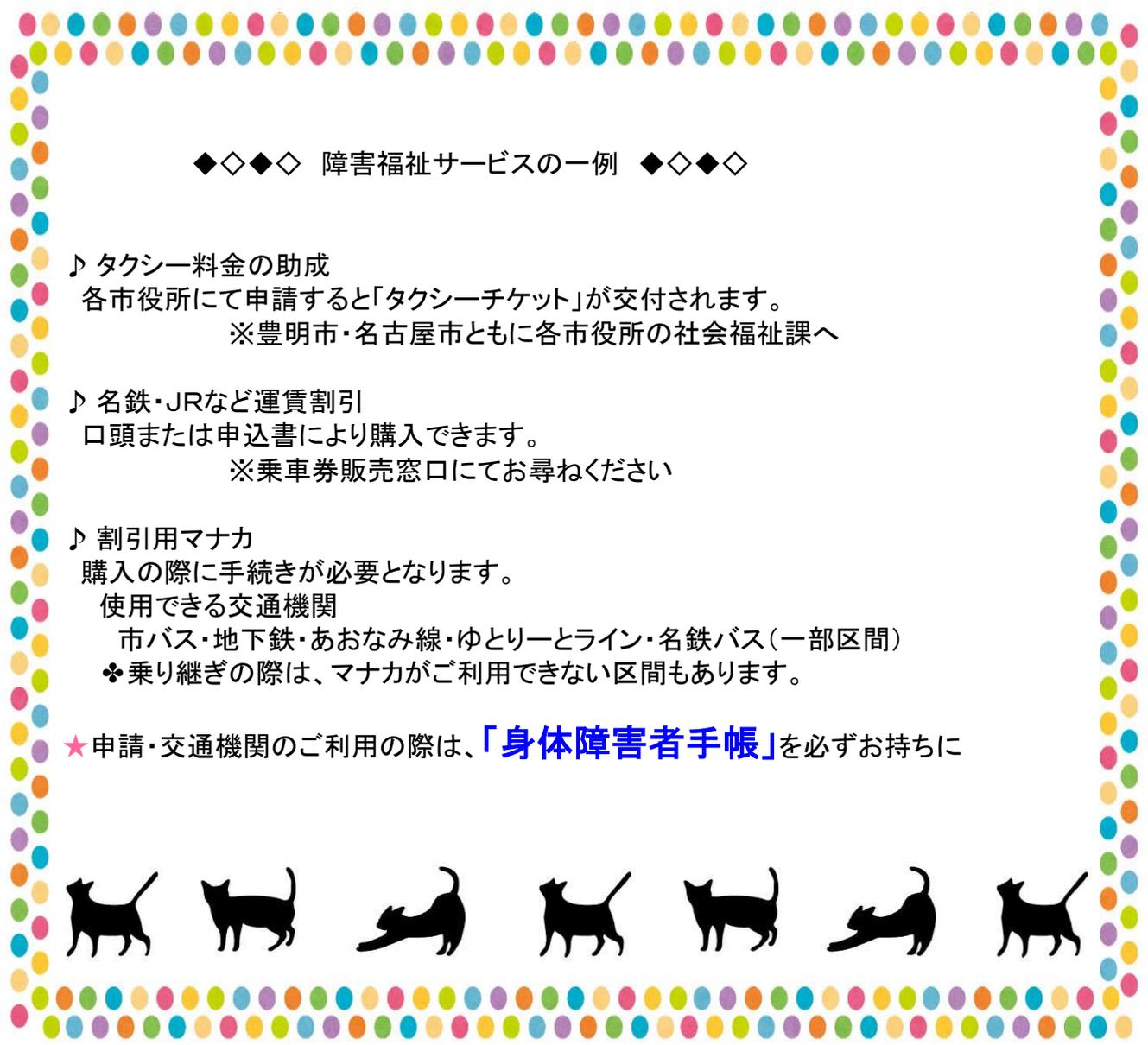
寒い中、患者様とスタッフで協力して餅つきをしました。
一年を通して、春は花見、秋はバス旅行、冬は餅つきを行っています。
参加した事のない患者様も興味を持った方が見えたら、
次回は是非ご参加ください。スタッフ一同にてお待ちしております。



身体障害者手帳による福祉サービス

身体障害者手帳とは、体に障害のある人が各種の福祉サービスを利用するのに必要な手帳です。この手帳を取得することによって、障害の種類と程度（透析患者さまは1・3級）に応じた福祉サービスや公的機関などで料金の優遇を受けることができます。また、民間施設でもそれぞれ独自にサービスを受けられる場合があります。

なお、所有している障害者手帳の種別や等級、各地方自治体により受けられるサービスに差があるため、利用の際は各地方自治体、施設や交通事業者へご確認ください。



◆◇◆◇ 障害福祉サービスの一例 ◆◇◆◇

♪ タクシー料金の助成

各市役所にて申請すると「タクシーチケット」が交付されます。

※豊明市・名古屋市ともに各市役所の社会福祉課へ

♪ 名鉄・JRなど運賃割引

口頭または申込書により購入できます。

※乗車券販売窓口にてお尋ねください

♪ 割引用マナカ

購入の際に手続きが必要となります。

使用できる交通機関

市バス・地下鉄・あおなみ線・ゆとりーとライン・名鉄バス（一部区間）

❖ 乗り継ぎの際は、マナカがご利用できない区間もあります。

★申請・交通機関のご利用の際は、「**身体障害者手帳**」を必ずお持ちに

