



2014年7月発行

医療法人豊水会 第3号



目次

- * 1～2 ページ 看護部 「透析後の止血方法」
- * 3～5 ページ 臨床工学技士 「透析の仕組み」
- * 6 ページ 臨床検査科 「心電図検査とは？」
- * 7 ページ 栄養管理部 「旬の野菜」
- * 8 ページ 栄養管理部 「季節の食材レシピ」
- * 9 ～10ページ 理学療法士 「ウキウキ広場」
- * 11 ページ MA 「病棟MA通信簿」
- * 12～15 ページ 医事課 「保険証のお知らせ」

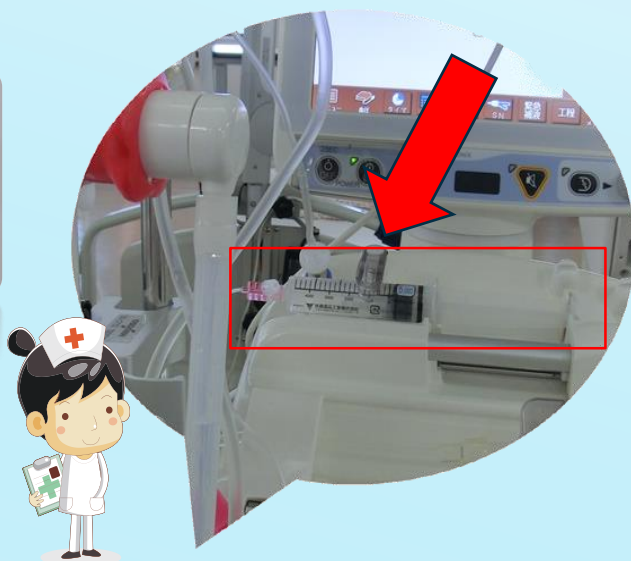


透析後の止血方法

一旦止血しても、何かのきっかけでもう一度出血が起きてしまった事はありませんか？



透析中は血液が固まるのを防ぐため、抗凝固薬（ヘパリン）というお薬を使用します。



この抗凝固薬（ヘパリン）というお薬は、血液が固まるのを防ぎますが、透析終了後もしばらく体の中に残ってしまいます。そのため、透析後は出血しやすい状態になります。

今回は、止血方法についてご説明します。
もし透析後に出血をしてしまっても、慌てずに
十分な止血を行えるようになりましょう。

もし出血してしまったら・・・



絆創膏の上に、清潔なタオルやハンカチ、またはティッシュ等をのせ、しっかりと押さえて圧迫してください。



出血が治まった後、血液で汚れた絆創膏は、清潔な絆創膏に貼り替えてください。絆創膏は薬局で購入が可能です。また、当院で購入していただく事もできます。当院での購入を希望される場合はスタッフ迄お問い合わせください。

汚れたままでは細菌の繁殖の原因となってしまいます。

出血量が多い場合や、30分経っても止血しない場合は、病院に連絡してください。 (TEL) 0562-93-0021

透析翌日の午前中には必ず絆創膏は剥がしてください。

臨床工学技士のページ

血液透析を行う中でどのような仕組みで体内の老廃物の除去や除水がされているのでしょうか？
今回はその原理についてお話させていただきます。

血液透析では**拡散**、**ろ過**という原理で様々な効果を発揮します。

拡散



- ・体内に蓄積された老廃物の除去
- ・体内の電解質のバランスを調整

ろ過

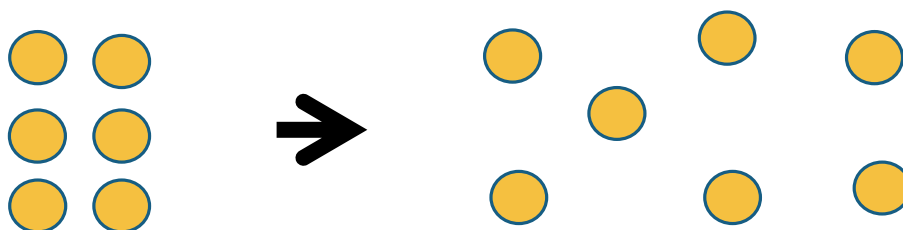


体内の水分除去

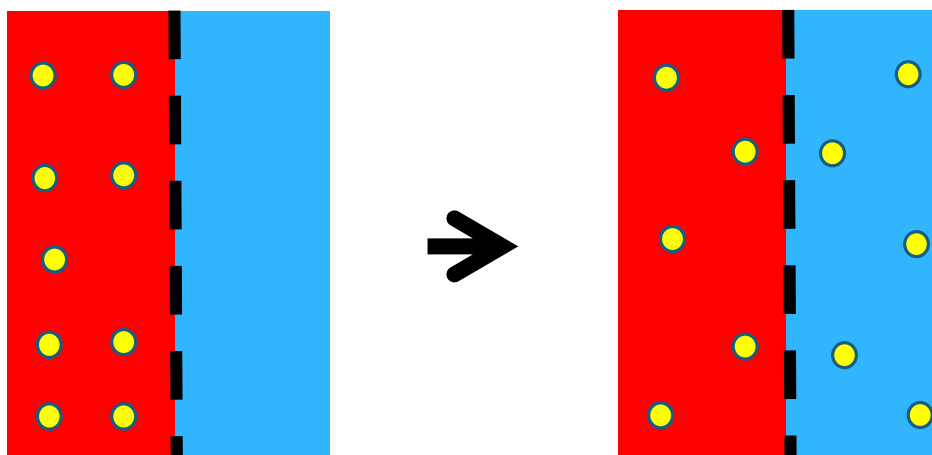
血液透析の原理①

拡散について

拡散とは文字どおり集まっている物が散らばっていく様子を想像して頂くと分かりやすいと思います。



下図のとおり、透析でも半透膜を介して血液中に集まっている老廃物が透析液の方へ散らばって行き、透析液に移った老廃物を体外へ出しています。



赤色＝血液側

青色＝透析液側

黄色＝尿素、尿酸、クレアチニン、電解質

---＝半透膜（一定の大きさ以下の分子、イオンを通す膜、体に必要な血球やタンパク質などは膜を通らない様になっています。） 4

血液透析の原理②

ろ過について

コーヒーフィルターをイメージして頂くと分りやすいと思います。

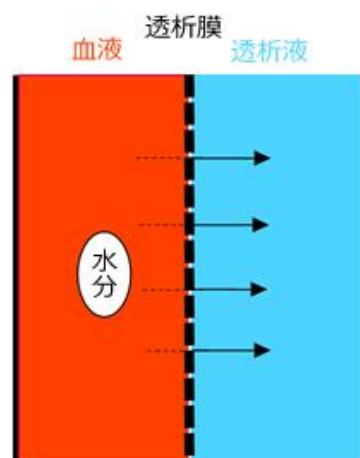
フィルターを通してコーヒーの液体のみを抽出します。

透析のろ過ではカップ側から水を引き込む力を加える事で水分の除去を行います。



右の図では実際の透析で行われている除水のイメージです。

透析液側から陰圧をかけて血液の水分を透析液の方へ引き込み除水を行っています。



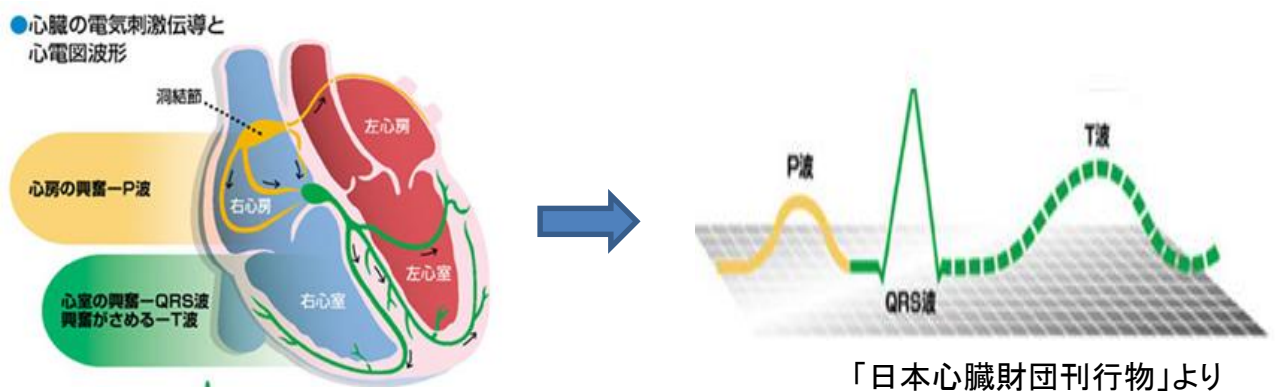
このように透析では様々な原理を用いる事で治療の一端を担っております。今回は一部分を説明させて頂きましたが、ご質問等ありましたら気軽にスタッフまでお尋ねください。

臨床検査科

検査あれこれ ～心電図検査～

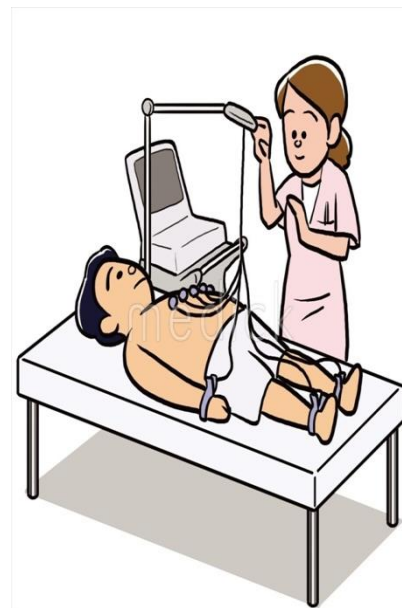
心電図で何がわかるの？

心臓は、全身に血液を送るポンプの働きをするため、常に拡張と収縮を繰り返しています。このときに弱い電流が発生し、その電流を波形として記録したものが心電図となります。



心電図では、不整脈、心肥大、心筋症、狭心症、心筋梗塞などの病気を疑うことができます。心電図で異常が見られた場合に、採血、ホルター心電図、心エコーなど、さらに詳しい心臓の検査を行います。透析患者では心筋梗塞の症状が出ないことが多く、早期発見のためこまめに心電図検査を受けることをお勧めします。

次回は、「心エコー検査」について説明します。



「medick」より

栄養管理部 だよ

夏の旬の野菜

カボチャ

ビタミンAを多く含み、皮膚や粘膜を健康に保つといわれています。

パプリカ

ビタミンCを多く含み、肌荒れを防ぐ効果があるといわれています。

ナス

疲れ目の予防など、目の健康維持に効果があるといわれるアントシアニンを多く含みます。

オクラ

ペクチンという成分を多く含み、血糖値の上昇をゆるやかにするといわれています。

上記の夏野菜にはカリウムが含まれます。

茹でこぼしをしっかりと行い、食べすぎには注意しましょう！



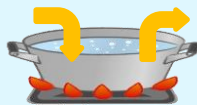
茹でこぼしとは

食材に含まれるカリウムを食材の外に出すための調理方法です。

茹でこぼしの仕方

1. 鍋に多めの水、小さめに切った食材を入れ火にかけます
2. 沸騰したら茹で汁を捨てて、流水にさらします
3. ザルなどで水気を切ります

①



②



③



夏野菜のドライカレー

～季節の食材レシピ～

材料(1人分)

・ごはん …180g	【A】
・豚ひき肉…50g	・卸しニンニク…小1/4
・カボチャ …40g	・卸しショウガ…小1/4
・ナス ……30g	【B】
・タマネギ …20g	・コンソメ ……小1/4
・パプリカ …20g	・水 ……200cc
・サラダ油 …15g	【C】

・カレールウ …10g
・カレー粉 ……小1/2



エネルギー :665kcal
たんぱく質:16.5g
カリウム :497mg
塩分 :1.6g

作り方

1. 野菜を粗みじん切りにして、茹でこぼす
2. 鍋にサラダ油を入れ、豚ひき肉を炒める
3. 火が通ったら野菜と【A】を入れ、焦げないように炒める
4. 【B】を加えて煮立てる
5. カレールウは溶けやすいように刻んでおく
6. 火を止めて【C】を入れ、溶かす
7. 最後にサッと水分を飛ばし、ご飯に盛り付ける

ココがポイント！

- ☀️ ドライカレーは少ない水分量で作れます。
- ☀️ 食材を茹でこぼすことで20～30%のカリウムを減らすことができます。さらに、食材を小さく切ることで茹でこぼしの効率がアップ！
- ☀️ スパイスには新陳代謝の向上、食欲の増進、整腸作用の効果があるといわれています。

リハビリテーション 理学療法士 ウキウキ広場



透析時間中に運動してみませんか??

これはベッド上で使うことができる
自転車エルゴメーターです。
全身の体力向上や脚の血流改善な
ど目的に行います。



電動ペダル



自走式ペダル



当院で使用するマシンには2種類あり、
電動でペダルが動くタイプと、ご自分でペダルを
漕ぐタイプがあります。

これらの運動はベッド上でも行うことができるため、
透析時間中にやってみませんか？

筋力増強訓練

続いてこちらは各所の筋力を部分的に運動して筋力をつける運動です。転倒予防や日常生活動作をスムーズにするために行います。

<脚上げ>

膝や腹筋を鍛えられます。



<お尻上げ>

お尻の後ろ側が鍛えられます。



<横開き>

お尻の横の筋力を鍛えることができます。



<曲げ伸ばし運動>

股関節や膝を鍛えることができます。



ゴムバンドの色や運動の回数は
個人に合わせて強度を調整します。
まずは**軽めに少しずつ**、始めてみませんか？？





病棟MA通信簿

スタッフよりご挨拶

私たちは、患者さまに
ご自宅での生活のように毎日を
穏やかに過ごして頂けるよう
安心して治療に専念できるよう
全力でサポートしています。

患者さまへのサポート内容

- ① 患者さまの身体の清潔
- ② 食事のお世話
- ③ 排泄のお世話
- ④ 看護処置・検査の介助
- ⑤ 環境整備

レクリエーションの一環
として、先日お誕生日
お祝いがありました。

おめでとう♪

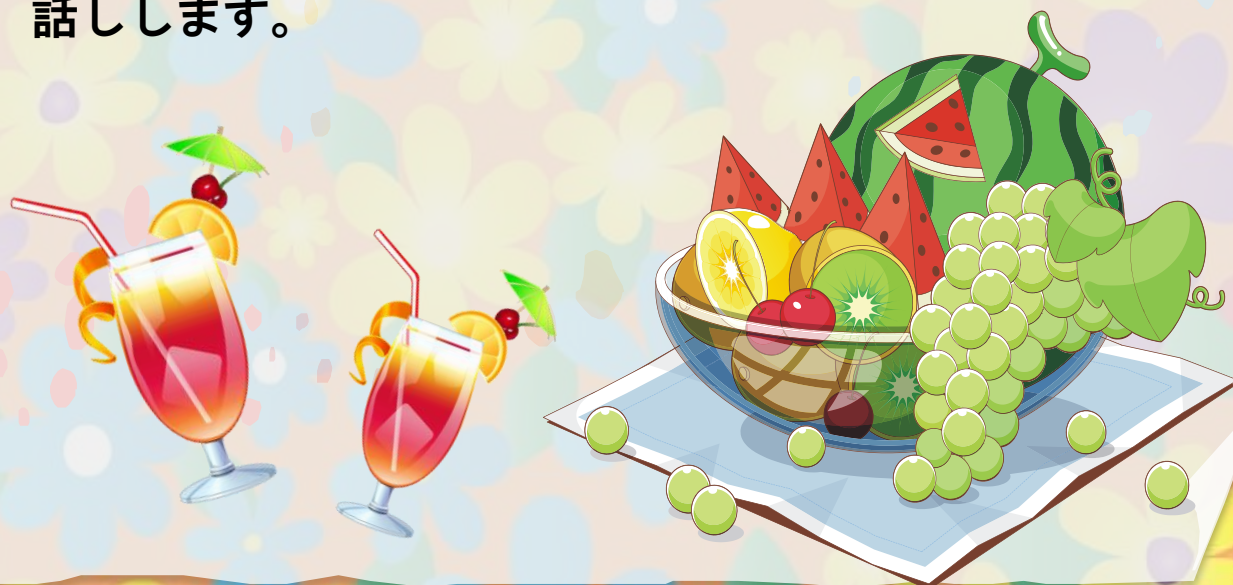




透析の医療証について

昭和47年10月に腎臓機能障害が身体障害者福祉法の対象となりました。その後、透析患者さまの増加に伴い、昭和59年10月には長期高額疾病に指定され、現在では様々な制度により受給者証をお持ちの方は、愛知県内で血液透析を受ける場合、自己負担額が全額無料となりました。

今回は、透析患者さまがお持ちの医療証についてお話しします。



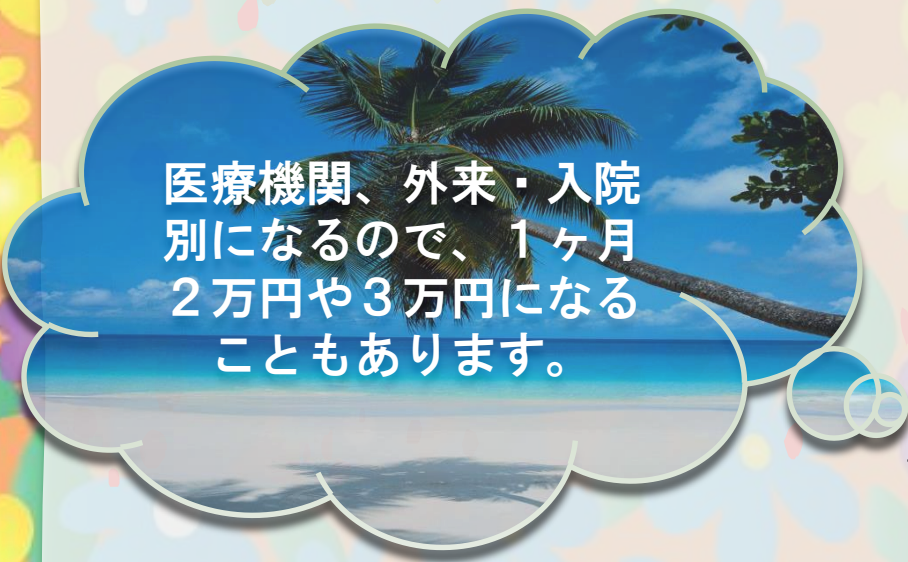
長期高額疾病（特定疾病）

“特定疾病”とは

特定疾病を取得すると透析患者さまの医療費は、
1ヶ月1万円もしくは65歳未満の方は所得によ
り2万円となります。

“医療証の正式名”

- ★健康保険特定疾病療養受領証（社保の方）
 - ★国民健康保険特定疾病療養受領証（国保の方）
 - ★後期高齢者医療特定疾病療養受領証（後期の方）
- と記載されている医療証のこと。



医療機関、外来・入院
別になるので、1ヶ月
2万円や3万円になる
こともあります。



障害者医療費助成・福祉給付金制度

“**障**・**福**”とは

障害者手帳を取得している方が医療を受けた場合にかかる費用のうち、医療保険、更生医療の自己負担分について助成を受けることができます。よって、自己負担金は**無料**になります。

“医療証の正式名”

★ **障** 障害者医療費受給者証

★ **福** 後期高齢者福祉医療費療養受領証

❁ 障害者手帳 1～3級の64歳までの方は **障**

❁ 障害者手帳 1～3級の65歳以上の方は **福**

❁ ただし、例外もあります。





・ ・ ・ ちなみに

 (障) ・ (福) は愛知県内のみ使用できます。

 (障) は所得により発行されない場合があります。



医事課からのお願い



毎月1回、月の初めに保険証・医療証の確認を
させていただきます。

本院 → 透析室クラーク（事務）

分院 → 受付窓口

へお出してください。

ご協力お願いいたします。





