

透析室たより

2023年8月発行
本間なかまちクリニック
VOL.3

腎臓リハビリテーションが始まりました

2023年5月から当院でも腎臓リハビリテーション（運動療法）を開始しました。しかし現時点で国が定めた講習を修了し運動療法に対応できる看護スタッフが3名しかおらず、一部の患者さんにしか透析中の運動療法を行うことができておりません。7月下旬には当クリニックの看護師のほとんどが講習を修了する予定です。8月以降はもっと多くの患者さんに透析中の運動療法を提供できるようになると思います。当面は午前透析の方のみ対象となりますので、ご了承ください。自宅での運動方法など質問がございましたら、個別に対応させていただきますのでスタッフにお声がけください。

下肢運動機能検査の結果について

今年2月にみなさんの下肢の筋力と運動機能を測定させていただきましたが、その結果は、大変厳しいものでした。透析患者さんは一般に筋肉量が少なく、体の機能が弱いことがわかっていますが、当クリニックにおいても同様の結果でした。50歳未満の若い方でもサルコペニア（筋肉量が減って筋力が著しく弱った状態）の方が25%もいらっしゃいましたし、50歳以上においてはサルコペニアの発生率は健常人の5倍以上と非常に高い割合でした。事前の個別問診で多くの方が、今後の人生の目標として「今の状態を維持したい」「自分の足で歩き続けたい」ということを挙げていました。日常的にリハビリや運動をしないままでは、今の自分の体の機能さえ保ち続けることは難しいということをご認識いただければと思います。



今後について

2月の下肢運動機能検査から8月で半年が経ちます。8月以降は透析中の運動療法を拡大していきますので、午前透析で65歳以上の一部の方には、8月初旬に再度、下肢運動機能検査をさせていただきます。スタッフから声がかかった方はご協力ください。



お願い

透析中の運動療法は国の方針に従った重要な治療です。今後は、透析中にご自身の隣のベッドの方がスタッフと一緒に運動するという状況も発生します。運動の説明や指導のためスタッフの話し声や物音が発生しますが、20分間という短い時間ですので、ご理解いただきますようお願い致します。

(所長 中山 恭子)



お知らせ

5月から新型コロナウイルス感染症は5類になり、クリニックの外ではようやく日常生活が戻ってきました。一方で夏休みシーズンに入り、人の行き来が活発となったことで新型コロナウイルス感染者数は増加しています。クリニックでも散発的に感染者が発生しています。引き続き、不織布マスク着用・手洗いなど基本的な感染対策を続けてください。

院内感染を防ぐため、体調不良時や発熱時は事前にクリニックにお知らせいただきますようお願い致します。



定期処方についてのお知らせ

現在、事前の処方聞き取りを行っていませんが、定期処方日当日は処方の変更が難しいため、定期処方日をカレンダーでご確認いただき、不足しそうな薬につきましては処方日前にお知らせ下さい。ご理解とご協力をお願い致します。

8月

日	月	火	水	木	金	土
		1 採血	2	3	4	5
6 採血	7	8	9 月水金 定期処方 28日分	10	11	12
13	14	15 採血	16	17 火木土 定期処方 28日分	18	19
20 採血	21	22	23 夜間 定期処方 28日分	24	25	26
27	28	29	30	31		

9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 採血	6 月水金 定期処方 28日分	7	8	9
10	11	12	13	14 火木土 定期処方 28日分	15	16
17	18	19 採血	20 夜間 定期処方 28日分	21	22	23
24	25 採血	26	27	28	29	30

10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 月水金 定期処方 35日分	5	6	7
8	9	10 採血	11	12 火木土 定期処方 35日分	13	14
15	16 採血	17	18 夜間 定期処方 35日分	19	20	21
22	23	24 採血	25	26	27	28
29	30 採血	31				

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 採血	8 月水金 定期処方 35日分	9	10	11
12	13 採血	14	15	16 火木土 定期処方 35日分	17	18
19	20	21 採血	22 夜間 定期処方 35日分	23	24	25
26	27 採血	28	29	30		