

第14号の内容

ごあいさつ	1
在宅血液透析について.....	2
患者さんインタビュー.....	3
中村先生の紹介.....	3
調理講習会の報告.....	4



@yabuki

あつとやぶき



医療法人社団清永会

CKD

meeting

新年明けましておめでとうございます。

平成24年になりました。

新たな一年をどのように迎えていらっしゃいますか。新たな一年を素晴らしい年にしたいですね。我々スタッフも気合を入れていきたいと思います。

今年もよろしくお願いいたします。

CKDミーティング 委員長 伊東 稔

第15回在宅血液透析 研究会のご案内

【日時】

4月7日(土) 18:00～

8日(日) 14:30

【会場】

天童温泉 滝の湯

【参加費】

無料(患者さん・ご家族)

【テーマ】

「わたらしい」

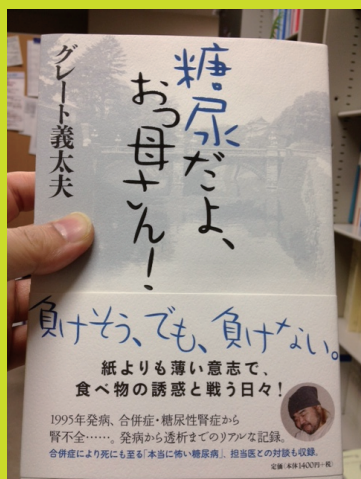
「あなたらしい」

「新しい」 透析

患者さん向けの内容が
充実しています。

7日滝の湯にお泊りの方
は、減塩メニューの合同
夕食会となります。この
機会に是非ご家族でご
宿泊してはいかがでしょうか。詳しくはホームペ
ージをご覧ください。

<http://jshhd15.umin.jp>



在宅血液透析を ご存知ですか？

① 在宅血液透析のメリットについて

一番のメリットは自由な時間に好きなだけ透析が出来ることです。透析時間も自由に決められますので長時間透析が可能になります。透析時間が長いほど生命予後が良好で合併症が少ないことが知られています。検査データが改善し血圧のコントロールも容易になります。また患者さん自身の自己管理意識が高まることもメリットと言えます。

② 在宅血液透析導入のステップ

まず、患者さんにご家族に医師、病院スタッフが面接を行います。病院スタッフによる審査会議で在宅血液透析が可能と判断されると実技指導に入ります。実技には透析回路の準備や回収、穿刺などが含まれます。実習が進んで筆記試験、実技試験に合格するといよいよ在宅血液透析を始めることが出来ます。

③ 在宅血液透析の普及に向けて

在宅血液透析は日本ではあまり普及していないのが実態です。その原因の一番は情報不足だと思います。在宅血液透析のメリットが十分に患者さんに伝えられていませんでした。清永会では今後積極的に在宅血液透析を行っていきたいと考えています。

書籍紹介

「糖尿だよ!おっかさん!」グレート義太夫

義太夫さんは糖尿病からの腎不全で透析をされています。この本は義太夫さんの闘病記です。ご自分の経験からのメッセージが込められています。実は、第15回在宅血液透析研究会に義太夫さんのゲスト参加が決定しました。ご自分の病気や透析についてのお話、政金先生との対談(トークバトル?)をされる予定です。ご興味のある方は是非研究会にご参加下さい!

矢吹病院 副院長 伊東 稔

在宅血液透析を行っている方へ、お話を伺いました。



Aさん

家では透析中、技士や看護師がいないからいつも緊張している。最初は穿刺が大変だった。

でも、通院時間を自分のために活用できるし、外食もできるようになった。若い人は在宅透析をやってほしい。

透析の準備と片付けに時間がかかる。今は週3回6時間透析している。夜7時ぐらいから準備して終わるのが朝5時くらい。でも体調はいいよ。

Bさん



Cさん

週5日透析している。“制限”を気にせずに普通に食事や飲水ができるようになったし、かゆみが軽減した。自分で穿刺するようになって、シャントを気にするようになった。

今は、自分や家族の時間を自由に使えるように透析を合わせている。

週21時間透析をしています。自宅で周囲に気を使わずに透析できる。緊急時にすぐ連絡をとれる対応を病院がしてくれている。物品は押入れ1間分を使用している。水道と電気代は合計で月1万円増くらいです。



Dさん

インタビュアー 医療福祉相談室 武田奈穂

なかむら まさゆき

中村雅将先生のご紹介



10年ぶりに矢吹病院に戻ってきて3ヶ月になろうとしています。この10年間で飛躍的に進歩をとげ、今なお躍進中の矢吹病院の一員として診療できることを大変喜ばしく、そして光栄に感じています。豊かな自然と温かな人情に恵まれた山形の地で、日本全国、そして世界に発信できる腎臓病医療をスタッフ、そして患者さんとともに築いていけたらと願っています。

調理講習会の報告

～秋の食材で 美味しく減塩～



臨床栄養室では毎年、調理講習会を開催しています。昨年は4月と10月に行いました。減塩は大切ですが、美味しくなければ長続きしません。10月の調理講習会のテーマは「秋の食材で美味しく減塩」です。

メニューは、「舞茸ご飯」、「さんまのバジル焼き」、「きんぴらごぼう」、「カブと菊の辛子酢和え」の4品です。

今回のメニューでは次のようなことを工夫しました。

1. 舞茸ご飯・・・舞茸の香りとだし汁の旨味、油揚げを加えることで少ない醤油でも美味しく。
2. さんまのバジル焼き・・・パン粉にバジルを混ぜ、バジルの風味とレモンの酸味でソースをかけなくても美味しく。ソースをかけないことで塩分0.5g減
3. きんぴらごぼう・・・ゴマの風味・唐辛子の辛味を生かして少ない醤油でも美味しく。
4. カブと菊の辛子酢和え・・・酢の酸味とマスタードの辛味を利用。塩分0gメニュー

調理講習会に参加された皆様より「塩分が少ないことを感じさせない。」「美味しい!」との嬉しい言葉をたくさん頂きました。中でも「カブと菊の辛子酢和え」は、酸味と辛味を利用し、醤油や味噌といった塩分を含む調味料を一切使わずに作った料理でしたが、一番多くの好評を頂きました。酸味や辛味を上手に利用して美味しく減塩ですね。調理講習会で提供した料理の材料や作り方は、矢吹病院のホームページでご覧頂くことが出来ます。是非、ご家庭でもお試しください。

栄養成分

エネルギー	645kcal
たんぱく質	19.4g
カリウム	696mg
リン	281mg
塩分	2g

臨床栄養室

