



2012年7月号

さくら

発行：偕行会透析医療事業部 さくら編集委員会

長期透析者に、聞いてみたいこと①

取材協力：名古屋共立病院腎友会

今回は、名古屋共立病院腎友会の皆様にインタビューにご協力頂きました。とても盛りだくさんの内容で、どれも掲載したい内容ばかりでしたので、数回に分けてお届けすることにいたします。

～ 透析中の下肢つり防止法 ～



透析中の足がつかないようにするために、皆さん何か工夫されていることはありますか？



私ね～、すごく足が『つる』んですよね。冷房で足が冷えるものですから。だから、こたつ(電気あんか)を一年中して。すごく暖かくなっています。ルーズソックスと、分厚い靴下2枚はいて、それから毛布をまいて、太もものあたりを暖めています。



その他には、何か対応されている方は、いらっしゃいますか？



私も一緒です。こたつ入れて、毛糸の編んだのを、やってね。万全にしています。あと、透析前に、先生からいただいた『つり防止』の漢方薬を飲んでいきます。今の所は良いみたい。



冷やさないように、暖める・・・ということが、『足つり防止』には効果があるようですね。