

まきの木

偕行会リハビリテーション病院 透析センター通信



☆医療安全管理委員会からのお知らせとお願い☆
透析患者様が、安全で安楽な透析を行うには、自己管理が重要となります。

- 1 体重管理**：尿量が少ないあるいは全く無い透析患者さんでは、摂取する水分量に十分注意することが必要です。水分を取り過ぎると心臓に負担がかかり、体調が悪くなってしまう恐れがあります。
- 2 シャント管理**：透析を続けていく上で大切なシャントです。命綱と言われています。定期的にシャント音を確認して下さい。
シャント音が聞こえない、出血、赤い・痛い・腫れている等症状があったら必ず透析室に連絡をして下さい。清潔に保つ様に心掛けて下さい。
- 3 適度な運動**：適度な運動は、体力・筋力を維持してイキイキと生活する為にとっても大切なことです。血圧の安定、便通の改善、ストレス解消、骨折や生活習慣病の予防にも効果があります。急に運動するのではなく、自分の体調に合わせて行う様にして下さい。心配事・不安な事があれば、必ず主治医やスタッフに相談して下さい。疲れたら、十分な睡眠を取ることをお勧めします。

医療安全管理委員会：水野・藤島

第11回 海部共立クリニック・リハビリテーション病院腎友会総会

4月24日、弥富市総合社会教育センターにて腎友会・総会が行われました。今年は70名程の方が参加されました。総会では、長期透析者の表彰や2016年度の事業計画案の採択が行われました。

総会後に当法人の偕行会ウェルネスセンター健康運動指導士より気軽に出来る運動療法の紹介があり、参加された皆様で実際に体を動かしました。



健康運動指導士の森敏彦さん直伝の簡単にできる運動を行いました！！