



SUGIMOTO CLINIC

第456号



4月号の特集

- ・シャント音、聞いていますか？
- ・四方山話

もみじの由来：紅葉は、総社市の市木に制定されています。

透析治療を受けるうえでとても大切なのがシャントです。シャントは体の中で血液を出し入れしやすくするための通り道です。毎日のちょっとした気配りで、長いい状態を保つことができます。

● 知って納得、読んで納得

●シャントは毎日やさしく見守りましょう

シャントは見る・触る・感じる事が大切です。

- ・腕がいつもより赤くなっていないか
- ・腫れや熱っぽさはないか
- ・触ったときに「トクトク」とした振動を感じるか
- ・いつもと違う痛みはないか

入浴や着替えの時に、無理のない範囲で確認してみましょう。



●シャントの腕は大事に使いましょう

シャントのある腕は大切な場所です。少し気をつけることでトラブル防止につながります。

- ・重いものを持たないようにしましょう
- ・腕を強く締めつける服や時計は避けましょう
- ・寝るときに腕が下敷きにならないよう注意しましょう

無理をせず、できる範囲で意識することが大切です。



●穿刺する場所について

同じ場所ばかりに針が集中してしまうと、血管に負担がかかり、トラブルの原因になることがあります。

- ・血管がふくらんでくる
- ・血管が弱くなる
- ・出血しやすくなる

ペンレスやリドカインテープを貼る位置が毎回同じ場所になっていませんか？

血管を長持ちさせ、トラブルを回避するためにも麻酔テープを貼る位置は出血しやすく、感染兆候あり
毎回ずらしましょう。場所がわからない時は気軽にスタッフに声をかけて下さい。



●こんな時は早めに相談を！

次のような変化があった場合は、我慢せずに当院またはスタッフに連絡しましょう。

- ・振動が弱くなった、感じなくなった
- ・腕が急に腫れた、痛くなった
- ・いつもと違う不安を感じたとき

「ちょっと気になる」程度でも遠慮せずスタッフへ相談してください。

シャントは透析患者さんにとって大切な存在です。ご自身でできることは決して難しいことではありません。毎日少し気にかけて、やさしく守りましょう。

わからないことや不安なことがあれば、スタッフにいつでも声をかけて下さいね。 (森)

シャント音、聞いていますか？



四方山話



患者さんが亡くなられたり、急変して入院されたりと、透析医療とは何年やっても辛いと思うことがあります。また家族や友人が重い病気になるようなことも日々の中では起こります。辛いことや悲しいことがあった時にどうやって立ち直ればいいのか、その方法は人と場合によって様々です。

心を許せる人と話をすることで気持ちの整理をつけるというのは日常的で、よくあるやり方です。何気ない世間話を誰かとするだけで、少し心が軽くなる時もあります。また、悩んでばかりいないで思い切って行動

を起こして良かった、というお話もよく伺います。

東日本大震災や西日本豪雨で被災された方々からは、しばらくは茫然として何も手につかなかったという声も上がっていました。住み慣れた地域が被害に遭い家族を一度に何人も亡くした時、日常的なアドバイスなどは一挙に力を失ってしまうのかもしれない。何を話すことも何をすることもできず、打ちのめされたように悩みや苦しみに向き合う時は誰にでもやってきます。

けれどもじっと耐えているうちに、不思議と苦境を抜け出す糸口がみつかることはないでしょうか。自分の能力や働きよりも他の誰かが自分を助け救ってくれる感覚が、

少々厚かましいようですが私には身につけています。本当に多くの方々に医師として、また個人として支えられてきたと実感しています。

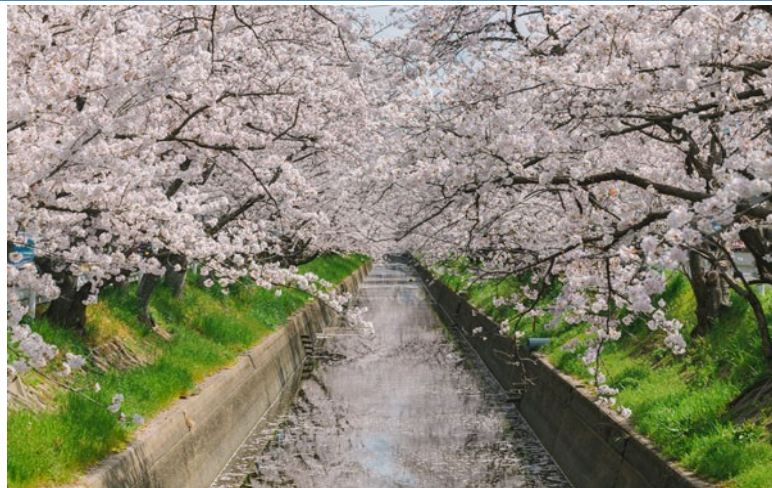
研修医の頃は早く一人前の医者になりたいと願っていましたが、あれから三〇年近く経っても未だに独り立ちした自信は持てていません。その代わり人に感謝の気持ちや礼儀を表すにはどうしたらいいか、と考えることは若い頃より各段に増えました。辛いことも悲しいことも日常から消し去ることはできませんが、希望を捨てたり諦めたりすることもないでしょう。きっと誰かが何とかしてくれるという感覚も、意外と大切なのではないかと思います。



掲示板

岡山市中区

倉安川沿いの桜並木



●編集後記

今年の桜の開花は例年より早く、今が見頃を迎えているのではないのでしょうか。過ごしやすい季節、花見に行かれた方も多いと思います。

いつまで続くかわかりませんが、桜の散る花びらの下、もう一度散策に出掛けて、春を満喫してみてください。

編集委員

発行：(医)杉の会 杉本クリニック

〒719-1136 総社市駅前2丁目18-21

Tel：(0866)92-1000 Fax：(0866)93-8870

メールアドレス：sc-post@mx7.mesh.ne.jp

ホームページアドレス：https://sugimotoclinic.com/



杉本クリニック公式アカウント