

2018/8/20撮影

台風19号、台風20号と連続で接近中。台風19号は過去にリンゴ台風と言われた災害をもたらした事がありました。空も秋色になってきました。鷹揚郷3階から撮影



今月は、**木村 健さん 金メダル獲得!** についての報告です。 リハビリ治療部より

2018年9月2日(日)に、第26回青森県障害者スポーツ大会の卓球競技が行われました。当院で血液透析を行っている木村健さんが大会に出場し、金メダルを獲得しました。



木村さんは透析歴11年、両下腿切断のため、義足をつけて歩行しています。卓球は、昨年8月からリハビリ室で始め、最初は打ち返すのがやっと、転倒しないように後ろから介助者が見守ってのレベルでした。週3回の透析後に毎回練習を重ね、約1年で大会出場まで上達しました。ストレッチや筋カトレーニングで身体のコンディションを整えたことも上達の秘訣だったかもしれません。



2020年に行われる東京パラリンピックをきっかけに、障害者スポーツに関心が集まると予想されます。障害者スポーツ大会は、障害の程度と競技ごとに区分があり、その大会の規定に沿って行われます。私たちも木村さんのスポーツ大会参加をきっかけに知ることが出来た情報がたくさんありました。

木村さんに感謝すると共に、大会の金メダル、おめでとうございます!!



患者友の会より

国会請願 署名集めのお知らせ

☆9月は、腎臓病対策が進むように、国会に請願する署名集めを行います。患者さんを始め、ご家族、友人、職員の方々にご協力をお願い致します。用紙は患者会ポストに入れるか、看護師さんにお渡しください。

☆9月16日にはカルチャーロード(上土手町)で、署名集めのキャンペーンを行いますので、どうぞお立ち寄りください。

☆10月6日～7日は全腎協東北ブロック青年部女性部交流会を南田温泉アップルランドで開催いたします。

問い合わせ 女性部長 菊池ユキ子さん迄 (火・木・土 午前/2階透析室 Tel 090-9638-6699)

☆11月には透析の勉強会を予定しております。委細は近日中に...

鷹揚郷弘前病院 患者友の会 会長 蒔苗和雄



ワンポイントアドバイス 放射線科より

今回はCT検査についてです。透析患者さんも毎年誕生日に一回は撮影している検査ですよ。その中でもよく質問される造影検査について説明したいと思います。

皆さん造影検査のときは**ご飯食べないでね!**と説明を受けていると思いますが、その理由をおわかりですか？
食事を摂ることで胆のうが収縮して観察しづらくなります。また消化管内に溜まった食べ物が消化器系を観察するうえで妨げとなってしまいます。

消化器系の検査でなければご飯を食べてきて良いのかというと、答えはNOです。

もう一つの理由として、造影剤の副作用で、万が一具合が悪くなって嘔吐してしまった場合、それが気道に逆流すると肺炎や窒息の恐れがあり、大変危険なのです。これがとても重要です。

ですから当院では**午前の検査**の場合は朝食抜きで、**午後の検査**の場合、朝食は軽く食べて構いませんが**昼食抜き**で検査に来てもらっています。(ただし検査時間の4時間前には済ませてください)

ちなみに水も飲まずに我慢してくる人もいらっしゃいますが、水やお茶くらいなら検査前に飲んでも全然構わないのですよ(ただしジュースや牛乳はだめですが…)
むしろ空腹脱水状態よりも軽く水を飲んでから検査した方が、副作用が起きづらく腎臓への負担を軽くすると言われているのです。ぜひ参考にしてみてください。

※水分制限のある方は医療スタッフにご相談ください。

2 造影CT検査をお受けになる前に

- 検査当日の食事について
午前の検査の方・・・朝食をとらないでください。
午後の検査の方・・・昼食をとらないでください。
(水やお茶などの水分はお飲みいただいて結構です。)

***服用中のお薬について**
医師からの指示がない限り、通常通り服用してください。



〈次に該当する方は、必ず事前にお知らせください。〉

- 過去に造影剤を使用した検査を受けたことがあり、その際に気分が悪くなった。
- アレルギー(気管支喘息、花粉症、食物・薬などによる蕁麻疹、アトピー体質)がある。
- 心臓病、肝臓病、腎臓病、糖尿病、甲状腺などの病気がある。
- 妊娠している、または妊娠の可能性がある。

リレー寄稿

こんにちは。4月から2病棟主任となった山田美香です。15年ぶりに病棟勤務となり、初心に戻り、勉強の毎日です。また、今年は研修にも出ており、試練の1年だと思っています。前回の田澤主任はサバ缶にはまっているということでしたが、私は小さいころから納豆が大好きです。納豆さえあれば他におかずはいりませんよね。(バランスの良い食事は必要ですが)



納豆が体に良いと言うのは有名な話ですが、食物繊維が豊富で、腸内環境を整え、免疫力も高めてくれるそうです。

ただご飯にのせて食べるだけでもおいしいですが、卵と混ぜて卵納豆、今の季節だとみょうがを刻んで混ぜたり、キムチと混ぜたり、納豆ご飯を韓国のにで巻いたり…考えただけでよだれが出てきます。母が作ってくれた納豆料理で思い出すのが、ぎょうざの皮に、ネギを混ぜた納豆を包み、揚げたぎょうざです。家中が納豆くさくなりますが、すごく美味しいですよ。手間がかかりますが一度試してみてください。

さて次は、私と一緒に2病棟の主任をしております白戸主任にバトンを渡したいと思います。どんな話が聞けるか楽しみです。



とんちクイズ

①「スペースシャトル」の真ん中にある飲食店は何でしょう。
こたえは右下に・・・

②まだ完成していないジュースの製造工場がありますが、何味のジュースを製造している工場でしょうか？
こたえは右下に・・・

【編集後記】さわやかな秋の到来です。あちこちで季節の気配が感じられます。一番過ごしやすいこの時期、大切に過ごしたいものです。



完成していない(未完成)のジュース(完成していない)の味は何味か
① ② ③ ④

