

ほほえみ **春**

【特集1】 本当は怖い! いびきの話



(東葛クリニックみらい・医事部)

【特集2】 東葛クリニックグループの透析治療

- ▣ 透析患者さんインタビュー「透析日記2015 オーストリアでの透析」
- ▣ お悩み・相談 お答えします — 透析終了後に再出血した時の対応—

【東葛クリニック病院 新任常勤医紹介】

呼吸器内科 亀山伸吉 医師

【東葛クリニック松戸 院長紹介】

院長(管理医師) 高江久仁 医師

【季節のレシピ】

春キャベツの和風ペパロンチーニ

【ふれあい通信】

「メルアド友の会」のご案内

【福祉のワンポイントアドバイス】

介護保険サービス自己負担金額の
変更と介護保険負担割合証

【イベント・講演会のご案内】

東葛みらい健康カレッジのご案内
透析勉強会のご案内
慢性腎臓病勉強会のご案内

【料理教室のご案内】

栄養士と学ぶ 男の健康料理教室

本当は怖い！いびきの話

いびきの原因は

いびきは寝ることによって、上気道（鼻から気管支あたりまでの空気の通り道）が狭くなり、体内に入り込んだ空気が狭い空間を通る時に生じる音です。

主な原因として、鼻の病気・肥満・あごが小さい等があり、お酒を飲むと悪化します。いびきが途中で途切れて呼吸が止まったり、周囲に迷惑をかけるような非常に大きいいびき、または自分のいびきで目が覚めてしまうような事がある場合、睡眠時無呼吸症候群かもしれません。透析患者さんには睡眠時無呼吸症候群のような睡眠障害の合併が多いといわれています。



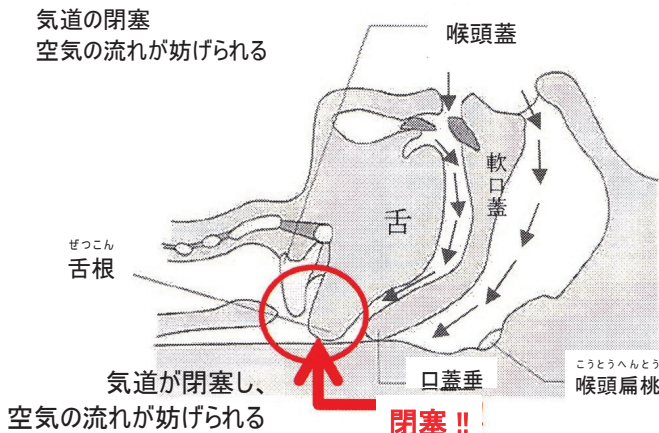
睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠時無呼吸症候群（SAS）には呼吸中枢などの障害によっておこる中枢型と舌根沈下などの気道閉塞によっておこる閉塞型に大きく分けられますが、ここではその大部分を占める閉塞性の睡眠時無呼吸症候群について述べます。

SASとは、一晩に十秒以上呼吸が止まったり（無呼吸）、弱くなる（低呼吸）状態が三十回以上繰り返されるか、あるいは一時間に五回以上呼吸が止まったり弱くなる状態を言います。中には、一時間に五十回以上も呼吸が止まる人もいます。日本人では約三〇〇万人の人がSASと推定されるといわれています。

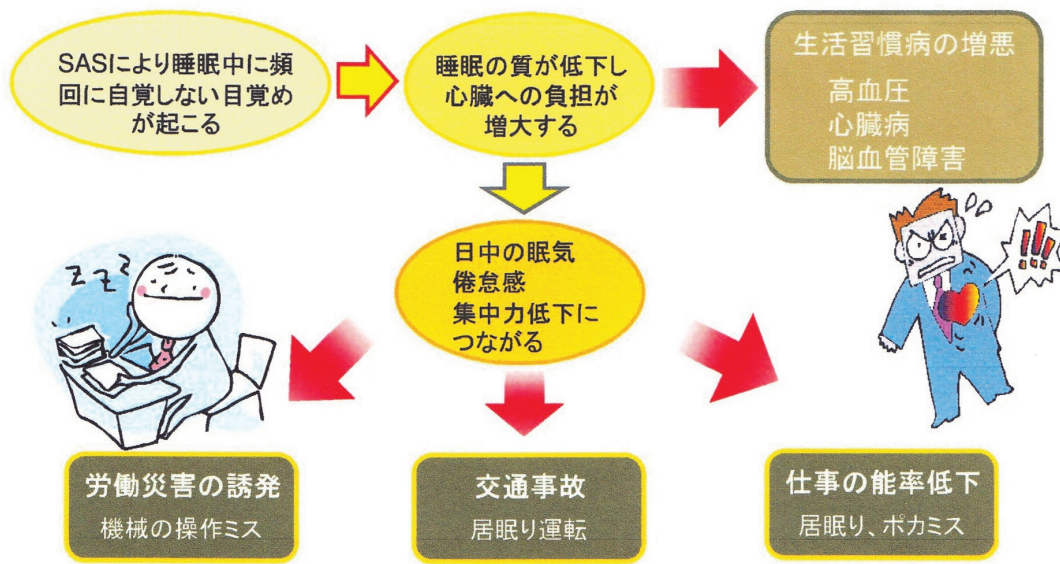
呼吸が止まるたびに体の酸素のレベルが低下し、本人も気づかない「目覚め」が起きることでまた呼吸し始めます。これを何度も繰り返し返すと何時間寝ても熟睡感がなくなり、日中の眠気・頭痛・集中力の低下などの自覚症状として現れます。

<閉塞性の睡眠時無呼吸症候群>



SASの人が居眠り運転などの交通事故を起こすリスクは、そうでない人の約三倍という調査結果もあります。SASでは、本人が気づかないうちに高血圧・狭心症・心筋梗塞等の合併症が進行するリスクが高くなります。





もし以下の状況になったとしたら、どのくらいウトウトとする(数秒、数分)と思いますか? 最近の生活を思い浮かべてお答えください。次に挙げている8項目の質問に0から3で点数をつけてください。

① 座って何かを読んでいるとき

② 座ってテレビを見ているとき

③ 会議、映画館、劇場などで静かに座っているとき

④ 乗客として1時間続けて自動車に乗っているとき

⑤ 午後に横になって休息をとるとき

⑥ 座って人と話をしているとき

⑦ 屋食をとった後(飲酒なし)、静かに座っているとき

⑧ 座って手紙や書類などを書いているとき

ウトウトする可能性は

ほとんどない 0点

少しある 1点

半々 2点

高い 3点

〈8項目の点数の合計〉

10点以下：正常

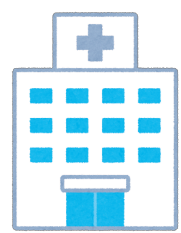
13点以上：病的眠気

16点以上：重症傾眠傾向

いびきや、睡眠時無呼吸症候群が気になる方はまず、上記のセルフチェックを行ってみましょう。

このチェックリストでご自身の最近の状態をチェックし、点数が高かったら、一度医師に相談し、ご自宅でもできる簡単な睡眠検査を行ってみるとよいでしょう。

点数が多い方は、睡眠時無呼吸症候群の可能性があるので、早めに医師にご相談ください。



検査から治療へ

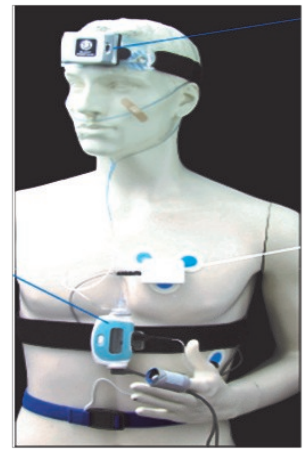
かつては、一泊入院が必要だった睡眠検査ですが、現在では入院しなくても簡単に受けられるようになりました。検査では、睡眠中の呼吸が止まる回数や、血液中の酸素のレベルが測れます。まずは、ご自宅で検査ができる簡易型装置（左写真）を用いて検査を行い、その結果によって医師が診断を行います。



検査器装着図

睡眠時無呼吸の治療法として、第一選択肢となっているCPAP装置は、患者様の呼吸に合わせて空気の圧力を調整する機能、圧の抵抗を楽にする機能、鼻づまりや鼻の乾燥にも対応できる加温加湿機能などがついています。また、顔や肌に合うよう様々な素材や形状のマスクもあり、使用困難感を軽減する工夫もされています。

診断の結果、重症のためすぐに治療が必要と判断された場合は持続陽圧呼吸（CPAP）療法という、鼻に装着したマスクに小型の装置から一定の圧力を送る治療装置を睡眠中に使用することにより治療を行います。中等度以下の睡眠障害が疑われ、さらに精密な検査を必要とする判断された場合には、脳波等も測定して睡眠状態まで評価できる精密検査を行います。



精密検査装置装着図

CPAP装置



CPAP装着図



<CPAP療法>

気道を広げる
空気が肺に自由に流れる



症状が軽い場合はマウスピースや、横向きに寝たり、飲酒を避ける等の生活改善という選択肢もあります。どのような治療法を行うかは、検査の結果に基づき医師とご相談ください。

睡眠時無呼吸症候群の検査、治療や費用などのご相談は東葛クリニック病院医事部に「ご相談ください」。

(東葛クリニックグループ)

理事長 小田清一

東葛クリニック病院

☎ 047-364-5121(代表)

※ 本稿の作成に当たり、株式会社MAGnetの木村章亘氏に資料提供等の多大なるご協力をいただきました。深く感謝申し上げます。



東葛クリニック病院 新任常勤医のご紹介

かめやま しんきち

亀山 伸吉

(呼吸器内科)

平成28年4月より、東葛クリニック病院に、亀山伸吉医師が着任いたしました。東葛クリニック病院(月曜日・午前/火曜日・午後)および東葛クリニックみらい(水曜日・午前)で、呼吸器内科を担当いたします。

「略歴」

千葉大学医学部卒業

東京女子医科大学、複十字病院、

多摩北部医療センター、新松戸中

央総合病院等を経て、東葛クリ

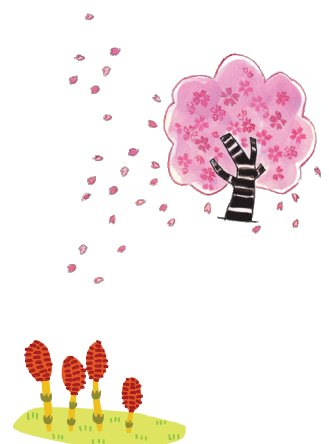
ニック病院へ。

専門・内科、呼吸器内科

(日本内科学会認定総合内科専門

医・日本呼吸器学会認定専門医指

導医)



医師を目指したきっかけは何ですか？

祖父が肺線維症で苦しんでいたのを見て、人助けができる医師になろうと決心しました。

趣味はありますか？

好きな作家は司馬遼太郎、吉川英治、塩野七生。ジャズ鑑賞、ガーデニング、囲碁自称5段、ゴルフは大好きですが、腕前は初級者レベルです。

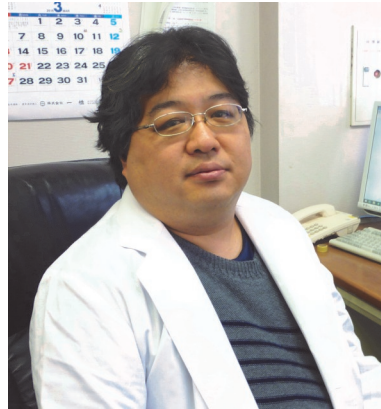
患者さんへ一言

これまで長く呼吸器疾患の診療に携わってきました。この経験を生かして皆様のお役に立ちたいと考えます。咳が長引く時や息切れを感じる時には早めに呼吸器科の受診をお願いいたします。一人一人充分時間をかけ丁寧に診察させていただきます。

東葛クリニック松戸 院長のご紹介

たかえ ひさひと
高江 久仁

(東葛クリニック松戸・院長)



「略歴」

東京医科大学卒業

東京医科大学、新潟医療センター、化研病院等を経て、東葛クリニック松戸へ。

専門・血管外科

(外科専門医)

平成28年4月より、東葛クリニック松戸の院長(管理医師)に、高江久仁医師が着任いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

医師を目指したきっかけは何ですか？

父が医師をしており、自然と興味を持ちました。専門科(血管外科)も父と同じ道を進みました。

趣味はありますか？

映画鑑賞、読書が好きです。気分転換のために、頭をからっぽにできるので、映画はアクションやSFをよく見ます。読書はジャンルを問わず、いろいろな本を読みますが、母方の大叔父が推理作家協会の理事をしていたこともあり、ミステリーは小さいころからよく読んでいました。

患者さんへ一言

化研病院で透析センターに勤務しており、非常勤として東葛クリニック松戸でも仕事をしておりました。これからスタッフと力を合わせて、皆さまのサポートを行っていききたいと考えております。

東葛クリニック病院主催 「栄養士と学ぶ男の健康料理教室」

「栄養士と学ぶ」

男の健康料理教室」

「当院の栄養士と楽しく料理し、健康と料理の関係について学びませんか？」



「対象」

これから料理を覚えたい料理初心者 16名

「日時」平成28年4月24日(日)

10時30分～13時

「会場」

京葉ガス松戸ショールーム
(松戸市役所近く) 松戸駅より徒歩9分

「参加費」500円(材料代)

「予定料理」

一汁二菜(肉料理と和えもの)を基本に、栄養バランスと適塩に配慮した簡単に作れる献立(包丁を使わない料理内容を予定しています)

「連絡先」

東葛クリニック病院 栄養士室

☎ 047-3331-2026(直通)

<1人分の栄養成分>

エネルギー	632kcal
たんぱく質	27.2g
脂質	18.9g
食塩相当量	2.4g
カリウム	679mg
リン	295mg



少しづつ暖かさが広がり、春の食材が市場に回り始めてきました。
今回は、春キャベツを使った、ペロンチーニをご紹介します。

春キャベツの和風ペロンチーニ

<材料> 1人分

・スパゲティ	100g
・鶏ささみ	50g
・キャベツ	80g
・ニンニク	8g
・唐辛子	0.2g
・めんつゆ	24g
	(大さじ1+小さじ1)
・オリーブオイル	12g(大さじ1)
	4g(小さじ1)

- 作り方
- ① 鶏ささみをレンジで表面の色が変わるまで温め、身をほぐす。
 - ② フライパンにオリーブオイル大さじ1を入れ、そこにみじん切りにしたニンニクと唐辛子を入れて熱する。
 - ③ 鶏ささみ、キャベツを入れ炒めた後、茹であがったスパゲティ、めんつゆを入れ絡める。最後にオリーブオイル小さじ1を入れ、炒めながら絡めて出来上がり。

今号の特集で取り上げた睡眠時無呼吸症候群は、肥満とも関係しています。BMI(※)が25以上であれば医学的肥満なので、食事に注意が必要です。

ご自身の体格に注意し、食事を楽しみましょう。

※BMI (Body Mass Index)は肥満度の指標で、体重を身長(m)の二乗で割り、計算します。22が標準とされ、18.5未満はやせ、25以上が肥満に分類されます。

今回のレシピでカロリーを下げるためには、「最後に入れるオリーブオイルを減らす」、「めんつゆの量を減らし、野菜を増やす」などの方法があります。また、普段の食事で肉を使う時には、脂身の少ないものを使うこともカロリーを下げるためのポイントの一つです。



(栄養部)
管理栄養士・小川晴久

介護保険サービス自己負担金額の変更と 介護保険負担割合証



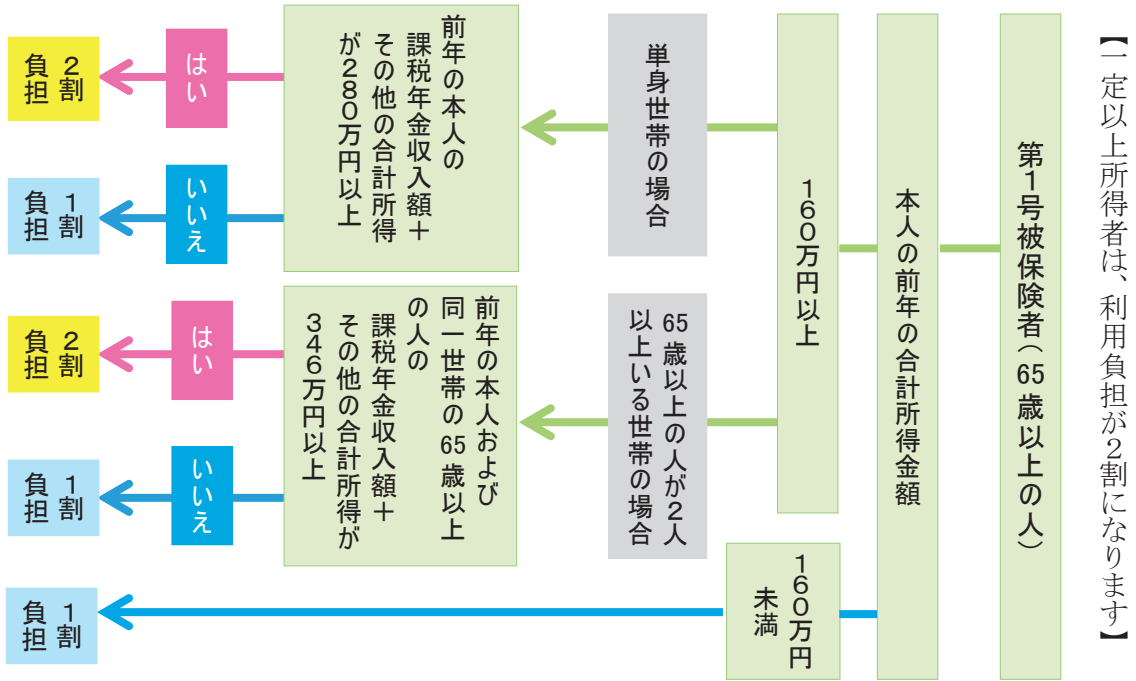
介護保険負担割合証	
交付年月日 年 月 日	
番号	
住所	
氏名	
性別	
生年月日	平成 年 月 日
開始年月日	平成 年 月 日
終了年月日	平成 年 月 日
負担割合	
保険番号	
並びに保険者の名称	

負担割合が記載されます

適用期間が記載されます

介護保険負担割合証
 介護保険サービスの自己負担金の変更に伴い、要支援・要介護認定を受けた方や、事業対象者に負担割合の「1割」または「2割」が記載された「介護保険負担割合証」が交付されています。左図が介護保険負担割合証のイメージです。

介護保険サービスの利用者の自己負担金額が変更になりました
 介護保険サービスを利用した時は、実際にかかった費用の一部を負担します。平成27年8月から、65歳以上で一定以上所得のある介護保険サービスの利用者の自己負担額が変更になりました。



* 「課税年金収入額」とは
 国民年金や厚生年金等市民税の課税対象となる年金の収入額の合計で、遺族年金・障害者年金・老齢福祉年金は含みません。

負担割合は個人ごとに決まるため、同じ世帯でもそれぞれ負担割合が異なる場合があります。

Q&A



Q. 2割負担となったのはどういう人ですか？

A. 65歳以上の方で、合計所得金額が160万円以上の方です(単身で年金収入のみの場合、年収280万円以上)。右ページの下の図が、利用者負担の判定の流れです。なお、ご本人が市区町村民税を課税されていない場合、又は生活保護を受給されている場合は1割負担です。

Q. 1割負担から2割負担になった人は、必ず月々の負担が2倍になるのですか？

A. 月々の利用者負担には所得により上限があります。上限を超えた分は、高額介護サービス費が支給されますので、すべての負担が2倍になるわけではありません。

Q. どうすれば自分の負担割合を知ることが出来ますか？

A. 要支援・要介護認定を受けた方は、毎年6〜7月頃に、市区町村から負担割合が記された証(介護保険負担割合証)が交付されます。介護保険のサービスを利用するときには、この負担割合証と介護保険証を一緒にサービス事業者や施設に提示してください。

介護負担割合証を提示されなかった場合、本来の自己負担割合で介護保険サービスを受けられない場合があります。

(医療福祉連携支援部・川口陽子)

ご不明な点がありましたら、医療福祉連携支援部にご相談ください。

〔直通電話〕

047-365-9048

〔受付時間〕

午前8時30分〜午後5時



ふれあい
通信

東葛クリニックグループ

「メルアド友の会」のご案内

4月1日より、当グループ主催のイベントや医療講演会のお知らせなどをメール配信するサービスを始めます。会費は無料です。

【メルアド友の会への登録方法】

メール配信を希望される方は、『申込書』に必要事項を記入し、スタッフにお渡しください。申込書は病院内に設置するとともに、イベント等の会場でも配布いたします。登録されたアドレスには、後日、確認メールを送信いたします。

なお、情報配信メールは不定期配信です。

【問合せ先】

電話 047-364-5121

(内線1725)

FAX 047-364-5310

東葛クリニック病院

医療福祉連携支援部



2016東葛みらい健康カレッジ 開催のご案内



2016年4月より、健康情報を提供する場として、「2016東葛みらい健康カレッジ」を開催いたします。ぜひ、ご参加ください。

全体申し込み(カレッジ入学・全12回受講)をいただき、受講を修了された方には修了書を授与いたします。参加費は無料です。

「対象者」

東葛地域にお住まいで、健康について興味のある方。

各回定員100名。

「場所」

東葛クリニックみらい 6階
(松戸市本町21番地2)

「申込先」

☎ 047-365-9048

受付時間 9時～17時

(東葛クリニック病院)

医療福祉連携支援部

「申込締切」

全体申し込みは2016年4月20日まで。

個別テーマごとの受講も受け付けておりますので、実施日の前日までにご連絡ください。



2016東葛みらい健康カレッジ カリキュラム

	日時	テーマ	講師
第1回	4月21日(木) 15時～	糖尿病と合併症の最新情報	原 一雄
第2回	4月23日(土) 14時～	①最新の hypertension と動脈硬化の予防 (変動する hypertension とその対策) ② hypertension を下げる美味しい食事の作り方	①川越 康博 ②小川晴久 (管理栄養士)
第3回	5月21日(土) 14時～	最新の狭心症・心筋梗塞 (あぶない胸痛からの対策)	川越 康博
第4回	6月18日(土) 14時～	脳梗塞の前兆と対策 (高コレステロール, hypertension からの予防)	川越 康博
第5回	6月23日(木) 15時～	糖尿病を予防するための生活習慣5箇条	原 一雄
第6回	7月9日(土) 14時～	下肢動脈瘤の予防と治療	市橋 弘章
第7回	7月16日(土) 14時～	人生ラスト10年問題	秋山 和宏
第8回	9月3日(土) 14時～	快適におしっこする準備できていますか？	富田 晋太郎
第9回	9月17日(土) 14時～	あなたは大丈夫？ 睡眠時無呼吸症候群	小田 清一
第10回	10月8日(土) 14時～	あなたの腎臓は大丈夫 一怖い合併症	小野崎 彰
第11回	10月22日(土) 14時～	万病の元 一タバコをやめる秘訣	小田 清一
第12回	11月12日(土) 14時～	COPDってどんな病気	亀山 伸吉

講義時間は約1時間、質問時間を含めて各回1時間半程度を予定しています。詳細につきましては、掲示または東葛クリニックグループのホームページをご確認ください。

〈東葛みらい健康カレッジ・講師紹介〉

1. 原 一雄
東京医科大学内分泌学教室准教授
2. 川越康博
東葛クリニックみらい・院長
元東京女子医科大学循環器内科・講師
3. 市橋弘章
東葛クリニック病院・循環器外科部長
4. 秋山和宏
東葛クリニック病院・副院長
チーム医療フォーラム代表
5. 富田晋太郎
東葛クリニック病院・泌尿器科医長
6. 小田清一
東葛クリニックグループ・理事長
横浜市立大学社会予防医学教室・
客員教授
7. 小野崎 彰
東葛クリニック病院・腎臓内科部長
8. 亀山伸吉
元東京女子医科大学呼吸器内科・講師

透析勉強会

- 〔受付〕 9:00 ~
- 〔講演〕 9:30 ~ 11:00
- 〔テーマ〕
元気でより良い透析生活を送るために
- 〔日程および会場〕
- 第1回 5月15日(日)
けやきプラザ7階研修室
(東葛クリニック我孫子主催)
- 第2回 6月26日(日)
東葛クリニック松戸
- 第3回 7月10日(日)
東葛クリニック新松戸
- 第4回 9月11日(日)
東葛クリニック小岩
- 第5回 10月23日(日)
東葛クリニック八柱
- 第6回 11月6日(日)
東葛クリニック柏
- 第7回 11月20日(日)
東葛クリニックみらい

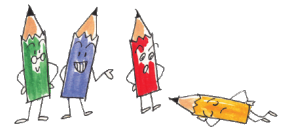
※各回で内容は異なります。
詳細につきましては、院内
掲示・ホームページ等
でお知らせいたします。

慢性腎臓病勉強会

- 〔受付〕 14:00 ~
- 〔講演〕 14:30 ~ 16:10
- 〔会場〕
東葛クリニックみらい
6階ホール
- 〔日程および内容〕
- 第1回 4月9日(土)
腎臓の構造と働きについて
(安田医師) 他
- 第2回 6月24日(金)
慢性腎臓病の検査とその
意味について(藤田医師)
他
- 第3回 8月未定(土)
慢性腎臓病患者さんが気
をつけたい生活習慣病
(小野崎医師) 他
- 第4回 10月未定(土)
慢性腎臓病に伴う合併症
について(打田医師) 他
- 第5回 12月未定(土)
慢性腎臓病の治療法とそ
の選択(東医師) 他

※詳細につきましては、院内
掲示・ホームページ等
でお知らせいたします。

講演会のご案内



LOOK

『透析日誌2015』

『オーストリアでの透析』

透析

患者さん
インタビュー



東葛クリニック松戸

もり けんじ

森 謙二さん (68歳)

透析歴 2年



このコーナーでは東葛クリニックグループで透析治療を受けていらっしゃる方のお話をご紹介します。今回は森謙二さんの海外での透析体験談をご紹介します。

9月9日(水曜日)

ウィーン透析センターに向き、受付で、明日から透析を受けるので説明を受けたいと話すと、担当者呼んでくれた。担当者は中東系の人で、透析をするときの服装はそのままでもいいが、着替えることもできる、ロッカーはあるが貴重品は手元に置くようになど、親切に説明してくれた。

透析センターは3階建てで、2階と3階に透析の処置室があった。エレベータを挟んで右と左にそれぞれ5〜7室があり、1室に4台程度の透析の機械がある。待合には20〜30人が座れる椅子とテーブルが用意されている。そこにはコーヒーとセルメルサンドイッチ(こぶし大のパンにハムとチーズを挟んだもの)が用意されており、自由に食べてよいと言うことだった。

今日はこの後、友人の夫婦と食事の約束があった。彼らは生粋のベジタリアンのため、食事は野菜中心となる。このことで、透析初日に思わぬことが起こる。



9月10日(木曜日) 1日目

透析の始まりは7時30分。エレベータを降りると広いオープンスペースがあり、その半分くらいが四つの部屋に区切られていた。半分が共用空間で、スタッフがパソコンを見たり、体重を量ったりする空間となっていた。私のベッドがある部屋の担当者は30代のハンガリー系の女性だった。

注射針の形態は少し違うが、刺針は日本とほとんど変わらない。血管をみて良い血管だと褒めてくれた。刺針が終わって、10分も立たないうちに、「カリウムの値が7.3で、非常に高い」と言われた。昨日の野菜中心の食事を思い出し、「ときどき高いときもある」と返すと、ドクターの指示だといって、心電図のようなものを取り付けられた。一時間後、もう一度採血をして、「カリウムの値が6.1まで下がったので、ベツサー(よりよいの意)」と言って経過観察が終わった。

この日は、これ以外、特別なことはなく終わったが、抜針には驚いた。針を抜いた後、日本と同様な方法で止血したあと消毒もせず、包帯を巻いてくれた。

もう一つ、驚いたことがある。最初に体重を量ることは同じだが、ある人は、待合

にあるセンメルサンドイツチを三つほど抱えて体重を量り、透析中にそれを食べていた。透析をしながら、コーヒーを注文している人もいた。また、自分で食べ物を持ち込み、透析中に食べる人もいる。いろいろな方法があるものだと感心をして、この日は終わった。



9月12日(土曜日) 2日目

透析の後でポルトガルへ行くので、できるだけ平穩に済ませたかった。透析を始める前に、どれだけの水を引くのか、血流(Bloodfluss)はいくらかと聞かれる。引く量は3000ccと答えたが、Bloodflussの意味がわからなかったので、「わからない」と答えると、透析の状況を映し出す画面を私に見せてくれた。後で、私の血流は2000であることがわかった。

9月15日(火曜日) 3日目

ポルトガルから帰り、体重がドライウエイトから4キロほど増えていた。

条件を確認すると、血流が250になっていたが、試みても良いと思いい、あえて黙っていた。血流は300がオーストリアでは普通らしい。ただ、別の問題があった。血圧が最初から170くらいあり、なかなか下がらなかった。午前中の透析だったので、血圧の薬を飲まなかったからだ。透析が始まって2時間くらいたっても血圧が下がらないので、ドクターと相談すると言って担当者が部屋を出ていき、薬を持って戻ってきた。アムロジンという薬だという。どこかで聞いたことがあるので「わかった」と答えると、50セントだといって笑いい、水を持ってきて薬を飲ませてくれた。



9月17日(木曜日) 4日目

朝から血圧の薬を飲み、血圧は140くらいで、それなりに安定していた。この日、血流は280に設定されたが、今日はこの

後、友人と食事をするだけなので、そのままにした。結果的には280はハードだと思った。友人との食事中、世間話をする元気はなかった。

9月18日(金曜日) 5日目

最後の透析の日。体重はドライウエイトから1.6キロしか増えていなかったが、私が計算を間違えて1.8キロと答えてしまった。血流は250に設定してもらった。ドライウエイト以下の体重になり、足がツルのではないかと不安だったが、何事もなく終わった。

支払いは透析前に終わらせた。一回300ユーロ、1500ユーロをカードで支払った。領収書などの書類をもらうと、スタッフからVielen Danke(どうもありがとう)と言いましたと言われた。私も同じことばを返したが、病院でお金を払って「ありがとう」と言われたのは初めてであった。とにかく、無事に終わった。なによりも、ほっとした。



今回は、海外での透析治療の経験をご執筆いただきました。次号では、海外で治療を受ける際に必要な準備などについて、ご案内いたします。

お悩み・相談 お答えします

— 透析終了後に再出血した時の対応 —

透析

患者さん
知っ得情報



東葛クリニックグループでは、本院と7つの透析サテライト(小岩・松戸・みらい・八柱・新松戸・柏・我孫子)を合わせて約1,040人の透析患者さんが透析治療を受けていらつしゃいます。今回は、透析患者さんからのご相談に透析室スタッフが答えたいと思います。

《透析歴5年の患者さんからの質問です》

透析が終わって病院から帰る途中や、家に帰った後、針穴から血が出た時が心配です。どのような対処方法があるのでしょうか？

《透析スタッフより》

出血時の対処方法と正しい止血方法についてお答えいたします。

【出血時の対処方法】

①出血しても落ち着いて、出血部位(血液が出ている箇所)を透析室で貼った絆創膏の上から2〜3本の指で押さえて、15〜20分ほど圧迫します(写真1)。

ティッシュペーパーやハンカチを持っていない場合は、それらを厚く折って絆創膏の上に置き、その上から圧迫



写真1 出血部位を2〜3本の指で圧迫



写真2 ハンカチなどがあれば絆創膏の上に置き、ハンカチの上から圧迫



写真3 針穴を消毒後、新しい絆創膏等で保護

します(写真2)。

③圧迫を緩め、絆創膏を外して、出血していないことを確認します。

④自宅に消毒液がある場合は、針穴を消毒し、新しい絆創膏等を貼り保護します(写真3)。

消毒液がない場合は、水道水でよく流したあと、水分をタオルなどで拭き取り、完全に乾燥させた後に絆創膏等で保護してください。

※1時間以上圧迫しても止血できない場合は、病院に連絡して医師の指示に従ってください。

【正しい止血方法】

皮膚表面では、刺した穴は1つに見えますが、実際は皮膚と血管の2ヶ所を斜めに切って血管内に入っているため、針穴はズレています(図1)。止血するため、針穴は2つの穴から出血しないように押さえることが必要となります。

図1

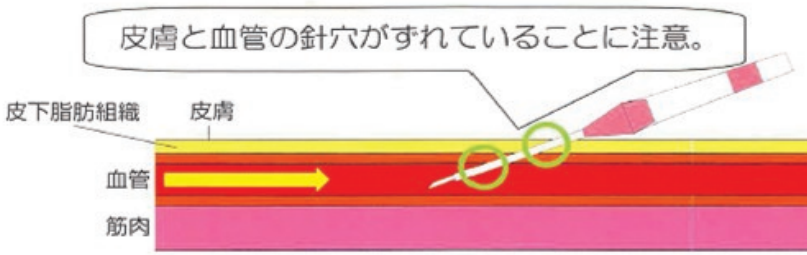


図2

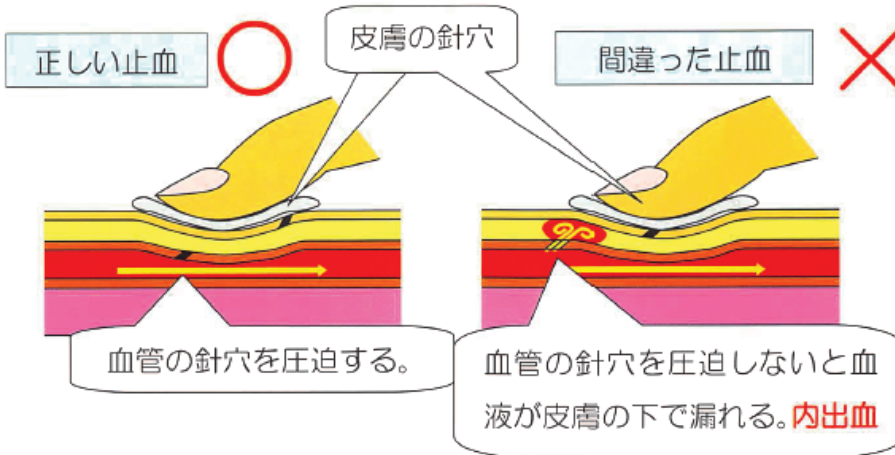


図2は、正しい止血方法と間違った止血方法を示したイメージ図です。2つの針穴を同時に押さえずなくてはなりません。内出血を防ぐために正しい止血方法で血管を押さえることが大切です。

透析治療では、血液が固まらないように薬剤が使用されており、治療後においても薬剤の効果が続いているので再出血しやすい状態です。透析後はあせらずしっかりと止血しましょう。

透析治療に対する「不安・疑問」などがありましたら、お気軽に透析スタッフにお声掛けください。

明るい透析ライフを目指してこれからも一緒に歩んで行きましょう。

(東葛クリニック新松戸・看護部

飯島 由紀子)

東葛クリニックグループ

診療実績

(平成27年12月～平成28年2月)

〈外来患者数〉 9,875人

〈新入院患者数〉 279人

〈退院患者数〉 285人

〈平均在院日数〉 18.3日(2月)

〈透析実施回数〉 40,659回



東葛クリニック病院 外来診療のご案内

[受付時間] 午前 8:30~12:00 午後 13:30~16:30

[診療時間] 午前 9:00~ 午後 14:00~

※ 日曜・祝日は休診です。諸事情により担当医が変更になる場合があります。

東葛クリニックみらい電話 TEL 0120-113-751 (受付時間8:30~17:00)

※ 当院は予約制となっております。診察券をお持ちの方はお手元にご用意の上、お電話下さい。

※ 但し、急患、新患の方はこの限りではありません。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○		○	○	
外科	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後	○	○	○	○	○	
腎臓内科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○				午後診(土曜日)第2、第4のみ
循環器内科	午前						
	午後	○	○				診療時間(木曜日) 9:30~
整形外科	午前					○	午前診 第2、第4のみ
	午後					○	午後診 14:00~
泌尿器科	午前	○	○	○	○		月曜日 第1、第3、第5のみ
	午後					○	第1、第3、第5のみ
消化器外科	午前	○					
	午後					○	診療時間 14:00~16:00
呼吸器外科	午前	○					
	午後					○	
呼吸器内科	午前						
	午後					○	

	月	火	水	木	金	土	備考
血管外科(循環器外科)	午後		○	○			
糖尿病外来	午前	○		○			
	午後			○			
アケス外来	午前	○	○	○	○	○	午前診のみ
	午後	○	○		○		午後診 第1、第3のみ
乳腺外来	午前	○					午前診のみ
	午後			○			午後診のみ
ペインクリニック	午後		○				診療時間 14:00~16:00
	午後						
ストーマ外来	午後				○		午後診のみ 木曜日 第2、第4のみ
	午後						診療時間(金曜日) 9:00~11:30
腎不全外来	午後					○	午後診のみ 診療時間 13:30~
	午後					○	9:00~11:00 14:00~16:00 第2土曜日、第4木曜日のみ
創傷ケア	午後						午後診のみ
	午後					○	診療時間 15:30~16:30
フットケア外来	午後					○	
	午後					○	
褥瘡外来	午後	○					午後診のみ
	午後						診療時間 15:30~16:30
胃内視鏡	午前		○	○	○	○	土曜日 第3のみ
	午後		○	○	○	○	土曜日 第1、第3のみ
大腸内視鏡	午後		○	○	○	○	土曜日 第1、第3のみ
	午後		○	○	○	○	

東葛クリニックみらい

[受付時間] 午前 8:30~11:30 午後 14:00~16:30

[診療時間] 午前 9:00~12:00 午後 14:30~17:00

外来診療のご案内

東葛クリニックみらい電話 TEL 047-366-6150

※1 心療内科は完全予約制です。 ※ お薬は院外処方となっております。

	月	火	水	木	金	土	備考
内科・循環器内科	午前	○	○	○	○		水曜日午前 第1・3・5週のみ
	午後	○	○	○	○		
内科・呼吸器内科	午前			○			
	午後						水曜日 第2・4週のみ 木曜日 第1・3・5週のみ
腎臓内科	午前			○			
	午後						

	月	火	水	木	金	土	備考
糖尿病外来	午前			○			午後 診療時間 14:00~ (受付時間 13:30~)
	午後			○			
心療内科※1	午前					○	午後 診療時間 13:30~ (受付時間 13:00~)
	午後					○	
禁煙外来	午前					○	
	午後					○	