

シャント管理について

内シャントは血液透析を行う上で、なくてはならないものということは皆さんご存知であると思います。シャントが狭窄したり、閉塞したりすると、透析ができなくなります。

■なぜ狭窄がおこるの？

狭窄とは、血管が狭く細くなることです。シャントでは勢いのある動脈の血液が静脈に流れると、静脈の壁の厚みと硬さが増します。この生体の反応により、血管内腔が狭くなり流れが悪くなります。

■なぜ閉塞が起こるの？

閉塞とは、血管が詰まった状態のことです。閉塞の主な原因は狭窄です。狭窄が強くなり血管内腔が完全に閉じてしまう場合と、流れが悪くなることで血液が固まり、血栓が形成されて流れが途絶える場合があります。また、低血圧や脱水、過凝固、穿刺ミス、圧迫、感染なども閉塞の原因です。

狭窄の進みかたは症例によって異なり、特別な予防法はありません。しかし、日常のシャント管理をしっかり行えば、狭窄を早期に発見することができ、閉塞の予防になります。

■狭窄・閉塞した時の特徴は・・・

- ・血液の流れる音【ザーザー】が弱く聞こえる、または聞こえない。
 - ・血液の流れが手で触ってもわからない。
 - ・軽い痛みや、血管が硬く触れる
 - ・シャント肢が腫れて痛みがある、赤くなっている 等
- いつもと違う、何かおかしいなと思ったときは、すぐにスタッフに声をかけてください。

看護師 伊澤 幸



自然の力 アロマについて

寒さが一段と厳しくなってきましたが、体調は崩されていませんか？

今回は、アロマのお話をさせていただきたいと思います。『アロマ』とは植物の香りやさまざまな働きにより、心や身体のトラブルを穏やかに回復し、健康増進や美容に役立つ自然療法として近年注目されているのがアロマセラピー（芳香療法）です。アロマセラピーには主に精油（エッセンシャルオイル）が使用されます。精油とは、植物の花、葉、果皮、樹皮、根、種子、樹脂などから抽出した 100%天然の素材で、有効成分を高濃度に含有した芳香物質です。現在 250～300 種類の精油が存在し、その効果は様々です。

日本ではまだまだあまり馴染みがないですが、ヨーロッパなどでは昔から民間薬として使われています。

実は…この自然の力を当院の透析室でも使ってみようと思ひ、現在その準備をしています！方法は、ディフューザーという道具を使って超音波振動により精油をととても細かい霧状（ミスト）にしてお部屋に拡散します。それらは呼吸をすることで自然に体内に取り込まれます。ほのかに優しく香り、皆さんの心と身体を癒してくれることを期待しています。ご質問などがございましたら、いつでもお尋ね下さい。

■使用予定の精油とその主な作用■

ティートリー：清潔感のある香り。効果は殺菌、抗炎症、抗ウイルス、抗真菌、免疫力増強。風邪、インフルエンザ、にきび、水虫などの症状改善や、空気清浄化にも役立つ。

レモン：フレッシュな香り。効果は血行促進、血流増加、新陳代謝活性、皮膚組織修復、消臭、感染症の予防や回復。酸性に傾いた体の症状の改善にも役立つ。

ヒノキ：なじみのある森林の香り。効果は抗菌、消臭、鎮静、防虫。空気の清浄化や虫除け、心身の疲労回復に役立つ。



看護師 和田 佳奈

秋のおすすめレシピ

今回は、『揚げ豆腐の中華あんかけ』を紹介させていただきます。お豆腐は水分コントロール・エネルギー補給を行う上でやや不向きかもしれませんが。

しかし揚げ豆腐にすると、下処理の水切りによって水分量を抑え、揚げることでエネルギーの補給になります。

冷奴や湯豆腐で食することが多い方も、ぜひ試してみてください。糖尿病性腎症の方は、揚げずに豆腐をフライパンで焼くことをオススメします。

■材料(1人分)■

木綿豆腐	100g
片栗粉	6g
油	6g
にんじん	10g…A
たけのこ缶	20g…A
みつば	10g
しょうゆ	3g…B
酒	2g…B
おろし生姜	0.5g…B
中華の素	0.5g…B
ごま油	3g
片栗粉	2g

■作り方■

- ①豆腐を2等分して、キッチンペーパーで水を切る。
- ②Aを千切りにする。
- ③水(30cc)とBの調味料を鍋に入れ沸騰させAを入れ煮込む。
- ④③に水溶き片栗粉でとろみを付け、ごま油を加え、味をととのえる。
- ⑤最後にみつばを入れる。
- ⑥①の豆腐に片栗粉をまぶし、180度の油でこんがりきつね色になるまで揚げる。
- ⑦器に豆腐を盛り、⑤の中華あんかけをかけて、できあがり。

エネルギー量：178kcal たんぱく質：7.4g リン：135mg
カリウム：250mg

揚げ豆腐の中華あんかけ



病態栄養科

MRI 検査のお知らせ

当院で MRI 検査を開始致しました。MRI 検査は放射線を使用せず、巨大な磁石を使用する被爆のない安全な検査です。

脳、脊椎、肩、子宮、血管などの検査を得意とします。

MRI 検査を行うことにより、診療の室を向上させていきたいと考えておりますので、ご協力をお願いいたします。

MRI に対するご質問は放射線科 土井までご連絡下さい。

放射線科

新入職員紹介



谷口 愛由美
看護師

6月3日から透析センターに配属となりました谷口愛由美(たにぐち あゆみ)です。

3年間、大阪の病院で病棟看護師として勤務していました。

透析室での勤務は初めてなので、ご迷惑おかけすると思いますが、色々な経験を積んでいきたいと思っています。一生懸命頑張っていきますので宜しくお願いします。