

小羊新聞 新春号

2022 年 1 月発行
小羊会医療部



お問合せは通院中のクリニックまでお気軽にどうぞ！

夜間などの緊急時はこちら

＊診療時間外で

緊急に連絡を要する場合がございます

＊すぐに出られない時はかけなおしますので、
非通知設定にしないでください

長沼クリニック	千葉県八千代市八千代台北 6-11-9 tel. 047-487-6665	高州訪問クリニック	千葉県千葉市稲毛区高州 1-1-13 tel. 043-241-0865
船橋本町クリニック	千葉県船橋市本町 6-4-24 tel. 047-460-7101	松戸第一クリニック	千葉県松戸市五香 4-34-3 tel. 047-712-0266
千葉横戸クリニック	千葉県千葉市花見川区横戸町 1223-4 tel. 047-481-1301	習志野腎クリニック	千葉県習志野市実籾 5-3-20 tel. 047-470-0111
八千代腎クリニック	千葉県八千代市緑ヶ丘 1-1-1 tel. 047-458-7301	南柏駅前クリニック	千葉県柏市南柏 1-8-16 tel. 04-7141-7171
鎌ヶ谷第一クリニック	千葉県鎌ヶ谷市初富 6-9-47 tel. 047-441-7730	船橋訪問クリニック	千葉県船橋市高根台 3-15-5 tel. 047-402-6721

新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。

皆様と元気に新年を迎えることができたことを大変うれしく思います。

新型コロナウイルス感染症が、瞬く間に世界に拡散し、これまでに経験したことのない大流行に直面し、未だに終息がみえず、日本のみならず世界を取り巻く政治や経済等に大きな影響を与えています。

医療においても他科外来受診の利用控え、利用制限により、大きな影響を受けることになりました。患者さんやそのご家族の皆様には、感染対策による大きなご苦勞とご迷惑をお掛けいたしました。皆が一丸となり、知恵を絞り、対策を行い、多くのご協力のおかげで、無事新年を迎えることができたこと心より御礼を申し上げます。

まだまだ完全な終息が見えない中ではありますが、感染対策を徹底し、通院・入院されておられる方々や職員間での感染が起こらないよう努めていきたいと思っております。我々、医療従事者は、仕事に対し高いプロ意識を持って仕事を行っていますが、皆様の協力なしに新型コロナウイルス感染症の脅威に打ち勝つことはできないと考えています。感染対策の徹底、三密の回避、マスクの着用やうがい、そして手指消毒の徹底をよろしくをお願いします。

感染拡大には必ず終息する時が訪れます。明けない夜はないという言葉信じ、前向きに取り組んでいきたいと思っております。

以前の日常が取り戻せるよう、またこの一年が皆様にとってより良い一年になるよう心よりお祈りして、新年の挨拶とさせていただきます。

本年もどうぞよろしくお祈りいたします。

小羊会透析部部長 芦澤雅彦



穿刺部から出血した時のお願い

透析治療は腕に針を 2 本刺し、針から取り出した血液を人工腎臓に通過させて老廃物や水分を取り除いたあと、きれいになった血液を再び体内に戻します。治療中は血液をかたまりにくくする薬を使うため、治療終了後は普段よりも出血しやすい状態になっています。

●出血を防ぐためのポイント

1. 重い荷物を持たないようにしましょう
2. 腕を曲げる動作を避けましょう
3. 退室する際は傷口の上からバンドをして帰宅後に外すようにするとより効果的です



●止血方法を覚えましょう

1. あわてずに出血しているところを確認して下さい
 2. 出血しているところを指 3 本ぐらいで広めにおさえます
 3. 強すぎるとシャント（血管）によくはないため、適度な強さで 10 分程圧迫します。心臓より高い位置に手をあげると止まりやすくなります
 4. 転倒予防のため座ります
 5. 止血ができていることを確認したらご自身で用意した絆創膏を貼って下さい
- ※止まらない場合は、圧迫する時間を延ばして下さい



＜転倒にご注意ください＞

冬は服装が厚着で動きにくく、寒さで体が思うように動かなくなります。転倒することで骨折し、寝たきりになることもあります。ご自宅や外出先でも十分にお気をつけてお過ごしください。

転倒しないために

- ・急な行動をとらない。
行動する前に、ひと呼吸おいて慌てない。
- ・自宅内の段差をなくす。
- ・畳や床に物を置かない。
- ・階段などにすべり止めをつける。
- ・電気コードにつまづかないよう工夫する。



送迎バスご利用の方へ

変更・キャンセルの場合はお早目にお知らせください。

- ◆発熱、嘔吐、下痢等や普段と体調が違うなどの症状がある場合は、乗車前にお申し出ください。
- ◆送迎バス内は飲食禁止です。
- ◆通院時はマスクを正しくつけて会話はなるべく控えましょう。
- ◆年末年始も送迎は運行いたします。

参照：

消費者庁ホームページ
公益財団法人長寿科学振興財団
健康長寿ネットホームページ