

腎クリこらむ

インフルエンザ予防対策!!



山の木々も徐々に色づきはじめ、京都はいよいよ紅葉シーズンを迎えます。行楽地などは多くの観光客でにぎわいますが、これからの季節は、空気が乾燥し風邪やインフルエンザ等が流行しますので、外出先から帰宅された際は、手洗い・うがいを徹底しインフルエンザの予防接種を受け予防に努めて下さい。予防接種を受けることで万が一インフルエンザに感染した場合でも症状が軽くて済みます。透析室は狭い空間に複数の患者さんやスタッフが集まる為、1人が感染すると多くの方が感染する可能性があります。ご自宅で37度以上の発熱があった場合やご家族にインフルエンザに感染した方がおられる場合は、クリニックまでご連絡をして頂きますようお願いいたします。集団感染を防ぐためのご協力をお願いします。

院長 武田智美

くらしのエコNEWS



京都市では、ピーク時82万トン（平成12年度）からの「ごみ半減」目標39万トンに向けて、「しまつのこころ条例」が平成27年10月から施行となりました。京都市は、平成12年度から平成25年度までで、35万トンのゴミを削減しました。今後もゴミの焼却場を使用するには定期的なメンテナンスと改修が必要となりゴミの減量が急務となります。現在、燃えるごみに混入されているチラシや包装紙を「雑がみ」にプラスチックのトレーやボトルを「資源ごみ」への分別を徹底し、ゴミを出さないライフスタイル（ごみになるものを作らない・買わない「リデュース（発生抑制）」再使用する「リユース（再使用）」の2Rの取組にご協力をお願いします。

事務 岡田光広

透析 Q&A 教えて智美先生

Q:智美先生、今回は『腎性貧血』について教えてください。

今回は「腎性貧血」についてお話ししましょう。

腎臓は様々なホルモンを分泌している臓器です。そのひとつに赤血球の産生を促進するエリスロポエチンというホルモンがあります。腎臓のはらたきが低下すると腎臓からのエリスロポエチン分泌が減少して、赤血球をつくることができずに貧血になります。

これが「**腎性貧血**」です。

毎月お渡ししている定期採血の結果でいうと**ヘモグロビン値**で貧血かどうかをみています。

透析患者さんの適正ヘモグロビン値は10~12g/dlとされていますので、自分の採血結果を見てみましょう。適正ヘモグロビン値になるように不足しているエリスロポエチンを補うため、透析の終了間際に透析回路からエリスロポエチン製剤（ESA）を投与したり、併せて鉄剤（黒い液の入った注射器です）の投与もおこなっています。

採血結果の見方が分からなかったり、ご質問があればいつでもお尋ね下さい。



院長 武田智美