

事務局ニュース

《事務局業務日・時間》月曜日～金曜日(土日・祭日休業)
午前 9:30～午後 3:30

No.298 2022年9月1日
NPO 法人富山県腎友会事務局
〒931-8443 富山市下飯野 70-4
TEL:076-407-5085
FAX:076-407-5086
発行責任者 池田 充
編集 坂田 祐美
定価 50 円(会費に含む)

新型コロナウイルス感染状況

3年ぶりに行動制限が緩和された為か、全国的に新型コロナ感染者数が激増し、透析患者の感染も増加しています。

県内でも透析医会の先生方が県厚生部と相談しながら受け入れ先を調整してくださっていますが、基幹病院の感染症病床の逼迫もあり、透析受け入れに難渋している状況で、東京などのように全例入院ではなく、可能な方は外来透析にせざるを得ないそうです。

分かりきったことですが、透析治療はワンフロアで行います。よって患者一人が感染すると、必然的にその場で透析してる他の患者さんも濃厚接触者になる可能性があります。

透析施設のクラスターを避け、皆さんが安心して治療を受けるためにも、一人ひとりが感染対策を心がけ、少しでも体調に異変があれば速やかに透析施設へ連絡するようお願いいたします。

声の会報「ぜんじんきょう」CD 貸出

目の不自由な方を対象に、朗読による「声の会報」(CD)を貸し出しています。

ご希望、お問合せは本会事務局までお願いします(TEL 076-407-5085)

糖尿病講演会

「知って、糖尿病！STOP 合併症」

糖尿病で通院中の方は県内で約6万人といわれており、年々増加しています。さらに、新たに人工透析をうける人の原因疾患の第1位が糖尿病の重症化によるものです。

講演会では、専門医から糖尿病の基礎知識や重症化予防などについてわかりやすく解説していただくほか、人工透析患者の体験談も予定しています。

- 日 時 令和4年11月13日(日)
10:30～12:00(受付 10:00～)
 - 場 所 サンシップとやま 研修室 602・603・604
富山市安住町 5-21 ☎076-432-6141
※WEBによるライブ配信、アーカイブ配信あり
 - 内 容
① 富山県立中央病院
内分泌・代謝内科部長 吉澤都先生 ご講演
② 人工透析患者体験談(腎友会会員)
 - 参加費 無料(事前申込制)
 - 主 催 富山県、NPO 法人富山県腎友会
 - 後 援 富山市、富山県医師会、富山市医師会、
富山県看護協会、富山県栄養士会(予定)
- 申込み方法などの詳細は
10月の事務局ニュースでお知らせします

臓器移植推進キャンペーンについて

10月の「臓器移植普及推進月間」に合わせて行っている街頭キャンペーンは、今年度も新型コロナウイルスの影響を考慮し**中止**といたします。皆様のご理解をよろしくお願いいたします。



富山県民ボランティア・NPO 大会

本会の活動をパネル展示と大型ビジョン(PR 動画)にて紹介します。その他、今年度は久しぶりにステージ発表が行われ、体験・販売ブースも出展されます。

- 日 時 令和4年10月15日(土) 10:00～15:00
- 場 所 総曲輪グランドプラザ 富山市総曲輪 3-8-39



透析中の運動療法について

今年度の診療報酬改定で「透析時運動指導等加算」(75点:運動指導を開始した日から起算して90日限度)が算定できるようになり、透析中の運動療法が評価されることになりました。

透析は定期的な治療のため、寝ている時間が通常より長くなることで(図1)、運動耐用量(その人がどれくらいまでの運動に耐えられるかの限界をさす)が肺・心疾患の方と同程度に障害され、生命予後にも影響するとの報告がありました。そこで実験的に透析中に運動を一定期間行ったところ、様々な効果が認められたことが(図2)今回の評価につながったといえます。

(図1)

透析患者は寝ている時間が長い！

- 1回4時間、週3回の透析を1年間行くと…
- $4(\text{時間}) \times 3(1/\text{週}) \times 52(\text{週}/\text{年}) = 624 \text{ 時間}/\text{年}$
=26日
- つまり、1年のうち約1ヶ月多く寝ている！
- 透析後も安静にすることが多いので、寝ている時間は実際はもっと多い

(図2)

透析患者における運動の効果

- 降圧薬必要量の減少
- 低栄養、炎症、動脈硬化の改善
- 貧血の改善
- 透析効率の改善 他

(出典) 日本腎臓リハビリテーション学会

理事 上月正博先生ご提供資料より

透析中の具体的な運動など

- 運動時間
1回の透析中に連続して20分以上
- 運動の流れ(例)
ストレッチ→レジスタンストレーニング
→エルゴメーターなどの有酸素運動→ストレッチ
(※負荷量、持続時間は身体能力に応じて設定)
- 運動指導者
医師、理学療法士、作業療法士、看護師



エルゴメーター

今後、皆さんのなかでも透析中に運動を始める方がいらっしゃるかもしれません。

訃報

本会元役員の佐野倫子さん(透析歴44年)が8月にご逝去されました。

佐野さんは昭和63年から10年間にわたり本会役員を務められ、会の運営にご尽力いただきました。佐野さんのこれまでの功労に感謝するとともに、謹んでご冥福をお祈りいたします。



訃報

本会元役員の庄司之夫さん(透析歴32年)が8月11日にご逝去されました。

庄司さんは平成11年から13年間にわたり本会役員及び事務局長を務められ、会の運営にご尽力いただきました。庄司さんのこれまでの功労に感謝するとともに、謹んでご冥福をお祈りいたします。



今後の予定

- 第53回理事会 9/18 富山市総合社会福祉センター
- 富山県民ボランティア・NPO大会 10/15 グランドプラザ
- 第52回総会 10/16 サンシップ

おくやみ

- 吉田 貞一 殿 北陸中央病院 享年78歳
 - 庄司 之夫 殿 長谷川病院 享年86歳
 - 中野 節子 殿 河合内科医院 享年69歳
 - 佐野 倫子 殿 高陵クリニック 享年73歳
 - 大坪 幸三 殿 城南内科クリニック 享年84歳
- 謹んでご冥福をお祈り致します

