

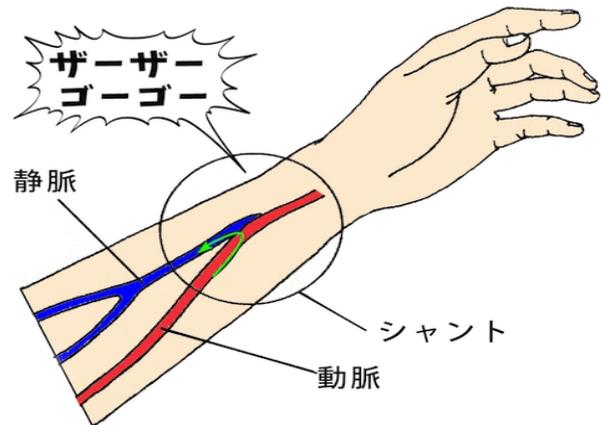
家で行うシャント管理

長く付き合っていかなければならない大事なシャント。

ご自身で管理されていると思いますが、改めておさらいしてみましょう

シャント状態の確認

- ・ シャントの部分に聴診器や耳をあて、ザーザーと音が流れているか？
- ・ 皮膚が赤くなっていないか
- ・ 腫れていないか、熱っぽくないか？
- ・ 痛みはないか？
- ・ 出血していないか？



シャントを守るために

- ・ シャント部は保湿し清潔にする
- ・ シャント側の腕で腕時計や血圧測定、重たい荷物を持たないなど、負荷をかけないようにする
- ・ 透析をした日の入浴は避ける
- ・ 止血バンドは帰宅後に外す
- ・ ばんそうこうは遅くても入浴前にははがす

シャントに異常を感じた時や

出血が止まらない場合は

当院に連絡して下さい

家で出血したら

- ・ 清潔なガーゼやハンカチで出血部位を押さえる
- ・ 強く押してシャントをつぶさないようにする。

シャントは皆さんの命綱です、意識しましょう！ 裏へ続く



温かいものが恋しい季節となりました。

鍋やおでんは野菜を食べすぎやすくなります。

お鍋のしめとなる雑炊や麺類の摂りすぎにも注意が必要です。



ちょっとひと工夫

・みそ汁は具たくさんにし、汁を半分に。

・朝食にみそ汁、夕食にお鍋と

同じ日に汁物メニューが続くのは避ける。

・煮物は煮ずに炒め物に。

・ゆで野菜はしぼって水気をとる。

・麺類よりご飯に。



水分の多い食べ物は透析が2日空く日は避けると、体重増加を少なくできますよ。

食べる量、調理方法に気を付けて過ごしましょう～

2021. 6月