

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.1）



氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/
経過	入院 1 日目（透析導入前日）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理について理解しましょう。 ・疾患、透析について理解しましょう。 ・入院生活について理解しましょう。 ・内服について理解しましょう。 ・転倒予防について理解しましょう。 
治療	・特にありません。
薬	・お薬を内服されている方は、お薬手帳と一緒にご提出ください。 医師が内服を継続するか確認をします。
検査	・採血、レントゲン撮影、心電図、足関節上腕血圧比測定を行います。
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・看護師が体温、脈拍、血圧測定や症状の観察を行います。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にいきます。 ・医師が穿刺部位の確認に伺い、痛みを和らげるテープを貼る場所にマークをつけます。
排泄	・透析を始めると尿量が減ることや便秘となることがあるので、1 日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。
活動	・制限はありません。（医師の指示がある場合は医師の指示に従ってください）
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・透析食に変更します。決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。
清潔	・医師の制限がなければ入浴可能です。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・透析について主治医より説明を行います。 ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、透析中の流れや持ち物について説明を行います。（P2～P6） ・シャントの自己管理方法についての確認を看護師と一緒にいきます。 ・医事課スタッフより医療保険制度についての説明を行います。（P18～P19） 

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.2）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/				
経過	入院 2 日目（透析導入日）				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理、止血方法について理解しましょう。 ・尿毒症症状と不均衡症候群について理解しましょう。 ・透析を受ける準備を行い、透析中の注意点について理解しましょう。 ・透析医療費のしくみについて理解しましょう。 				
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・血液透析を行います。 				
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 ・透析開始の約 2 時間前に、針を刺す部分に痛みを和らげるテープを貼ります。 				
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。 				
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中、透析後は不均衡症候群（嘔気、頭痛など）が起こることがあります。体調の変化がある場合は医師または看護師にお伝えください。 ・透析中は血圧計を腕に巻いたまま、30 分毎に測定を行います。 ・透析終了時、看護師と一緒に止血を行います。貼った絆創膏は、出血、感染予防のため翌日まで剥がさないでください。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にを行います。 				
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中はベッド上排泄となることがあるため、トイレは済ませておいてください。 ・透析を始めると尿量が減ることや便秘となることもあるので、1 日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。 				
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中はベッドで過ごします。 ・透析後、気分が悪い時は病室に戻り安静に過ごしてください。 				
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。 				
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みを和らげるテープを貼る前に、石鹸をよく泡立ててシャント側の手を肘から手先まで洗いましょう。 ・透析後は入浴できません。（シャワー浴か清拭にしましょう） 				
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、透析について説明を行います。（P7～11、P15～16、P18～19） ・透析室より血圧手帳をお渡しします。毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 ・シャントの自己管理方法についての確認を看護師と一緒にを行います。 				

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.3）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/
経過	入院3日目
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理について理解しましょう。 ・尿毒症症状と不均衡症候群について理解しましょう。 ・食事管理の必要性について理解しましょう。 ・内服について理解しましょう。 ・転倒予防について理解しましょう。
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・看護師が体温、脈拍、血圧測定や症状の観察を行います。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にいきます。
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・透析を始めると尿量が減ることや便秘となることがあるので、1日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・制限はありません。（医師の指示がある場合は医師の指示に従ってください）
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の制限がなければ入浴可能です。 ・シャント肢の絆創膏を看護師と剥がし、清潔に保ちましょう。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、透析について説明を行います。（P5、P9～P11） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 ・シャントの自己管理方法についての確認を看護師と一緒にいきます。 ・栄養士より血液透析開始後の食事についての説明を行います。 

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.4）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/				
経過	入院 4 日目（透析 2 回目）				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みを和らげるテープの貼り方について理解しましょう。 ・シャント管理について理解しましょう。 ・不均衡症候群について理解しましょう。 ・水分管理、体重管理の必要性について理解しましょう。 				
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・血液透析を行います。 				
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 ・透析開始の約2時間前に、看護師の指導のもと、針を刺す部分に痛みを和らげるテープを貼りましょう。 				
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。 				
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中、透析後は不均衡症候群（嘔気、頭痛など）が起こることがあります。体調の変化がある場合は医師または看護師にお伝えください。 ・透析中は血圧計を腕に巻いたまま、30分毎に測定を行います。 ・透析終了時、止血を行います。貼った絆創膏は、出血、感染予防のため翌日まで剥がさないでください。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にいきます。 				
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中はベッド上排泄となることがあるため、トイレは済ませておいてください。 ・1日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。 				
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中はベッドで過ごします。 ・透析後、気分が悪い時は病室に戻り安静に過ごしてください。 				
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。 				
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みを和らげるテープを貼る前に、石鹸をよく泡立ててシャント側の手を肘から手先まで洗いましょう。 ・透析後は入浴できません。（シャワー浴か清拭にしましょう） 				
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、透析について説明を行います。（P12～14） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 ・シャントの自己管理方法についての確認を看護師と一緒にいきます。 				



このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.5）

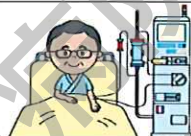
氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/	
経過	入院5日目	
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理について理解しましょう。 ・不均衡症候群について理解しましょう。 ・水分管理、体重管理の必要性について理解しましょう。 	
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。 	
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 	
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。 	
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・看護師が体温、脈拍、血圧測定や症状の観察を行います。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にを行います。 	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・1日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。 	
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・制限はありません。（医師の指示がある場合は医師の指示に従ってください） 	
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。 	
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の制限がなければ入浴可能です。 ・シャント肢の絆創膏を看護師と剥がし、清潔に保ちましょう。 	
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、透析について説明を行います。（P12、P14） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 	
		

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.6）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/		
経過	入院 6 日目（透析 3 回目）		
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みを和らげるテープを自分で貼りましょう。 ・シャント管理について理解しましょう。 ・不均衡症候群について理解しましょう。 ・緊急時の対応について理解しましょう。 		
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・血液透析を行います。 		
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 ・透析開始の約 2 時間前に、針を刺す部分に痛みを和らげるテープを貼ってください。 		
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・透析後にレントゲン撮影を行います。 		
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中、透析後は不均衡症候群（嘔気、頭痛など）が起こることがあります。体調の変化がある場合は医師または看護師にお伝えください。 ・透析中は血圧計を腕に巻いたまま、30 分毎に測定を行います。 ・透析終了時、止血を行います。貼った絆創膏は、出血、感染予防のため翌日まで剥がさないでください。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にいきます。 		
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・透析前にトイレは済ませておいてください。 ・1 日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。 		
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中はベッドで過ごします。 ・透析後、気分が悪い時は病室に戻り安静に過ごしてください。 		
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。 		
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みを和らげるテープを貼る前に、石鹸をよく泡立ててシャント側の手を肘から手先まで洗いましょう。 ・透析後は入浴できません。（シャワー浴が清拭にしましょう） 		
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめる方へ」のパンフレットに沿って、透析について説明を行います。（P17） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 		

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.7）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/	
経過	入院7日目	
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理について理解しましょう。 ・不均衡症候群について理解しましょう。 ・内服について理解しましょう。 ・転倒予防について理解しましょう。 	
治療	・特にありません。	
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 	
検査	・特にありません。	
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・看護師が体温、脈拍、血圧測定や症状の観察を行います。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にを行います。 	
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・1日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。 	
活動	・制限はありません。（医師の指示がある場合は医師の指示に従ってください）	
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。 	
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の制限がなければ入浴可能です。 ・シャント肢の絆創膏を看護師と剥がし、清潔に保ちましょう。 	
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、振り返りを行います。（不明点、疑問点の確認） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 	
		

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.8）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/				
経過	入院 8 日目				
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理について理解しましょう。 ・透析を行いながらの日常生活をイメージしましょう。 				
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。 				
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 				
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・特にありません。 				
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・看護師が体温、脈拍、血圧測定や症状の観察を行います。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にいきます。 				
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・1日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。 				
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・制限はありません。（医師の指示がある場合は医師の指示に従ってください） 				
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。 				
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の制限がなければ入浴可能です。 				
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、振り返りを行います。（不明点、疑問点の確認） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 				

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.9）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/
経過	入院9日目（透析4回目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・シャント管理について理解しましょう。 ・自分の生活に合った、食事を考えましょう。 ・透析を行いながらの日常生活をイメージしましょう。 
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・血液透析を行います。
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・医師の指示で内服を行います。 ・透析開始の約2時間前に、針を刺す部分に痛みを和らげるテープを貼ってください。
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・透析室で採血を行います。
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中、体調の変化がある場合は医師または看護師にお伝えください。 ・透析中は血圧計を腕に巻いたまま、30分毎に測定を行います。 ・透析終了時、止血を行います。貼った絆創膏は、出血、感染予防のため翌日まで剥がさないでください。 ・シャント肢の観察を看護師と一緒にいきます。
排泄	<ul style="list-style-type: none"> ・透析前にトイレは済ませておいてください。 ・1日の排尿回数や排便回数を伺います。尿量は毎回測定します。
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・透析中はベッドで過ごします。 ・透析後、気分が悪い時は病室に戻り安静に過ごしてください。
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・決められた食事内容、水分量は守り間食は摂らないようにしましょう。 ・入院中は飲水量測定を行います。
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みを和らげるテープを貼る前に、石鹸をよく泡立ててシャント側の手を肘から手先まで洗いましょう。 ・透析後は入浴できません。（シャワー浴か清拭にしましょう）
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・「透析をはじめの方へ」のパンフレットに沿って、振り返りを行います。（不明点、疑問点の確認） ・毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 ・栄養士より退院後の食事についての説明を行います。 

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

血液透析導入入院（シャントあり 月曜入院用） 患者さんパスシート（No.10）

氏名		診療科名	腎臓内科		
		入院予定期間	年	月	日
			年	月	日

月日	/		
経過	入院 10 日目（退院日）		
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> 退院後の生活について理解しましょう。 		
治療	<ul style="list-style-type: none"> 特にありません。 		
薬	<ul style="list-style-type: none"> 退院時にお薬をお渡しします。 用法、用量を守り、正しく内服してください。 		
検査	<ul style="list-style-type: none"> 特にありません。 		
観察	<ul style="list-style-type: none"> 看護師が体温、脈拍、血圧測定や症状の観察を行います。 透析翌日の朝に穿刺部の絆創膏を剥がし、シャント部の観察を行いましょう。 シャント音は毎日聴くようにしましょう。 		
排泄	<ul style="list-style-type: none"> 1 日の尿量について気になることがあれば透析時にクリニックのスタッフに相談しましょう。 退院後、便秘が続くようであれば、透析時にクリニックのスタッフに相談しましょう。 		
活動	<ul style="list-style-type: none"> 制限はありません。（医師の指示がある場合は医師の指示に従ってください） 		
食事	<ul style="list-style-type: none"> 塩分、カリウム、リンに気をつけた食事を心がけましょう。 		
清潔	<ul style="list-style-type: none"> 透析翌日の朝に穿刺部の絆創膏を剥がし、感染予防のため穿刺部位は清潔に保ちましょう。 		
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> 退院後も毎日同じ時間、同じ条件で測定した血圧、体重を血圧手帳に記入しましょう。 保険などの書類は退院日に、外来中央受付 A に提出してください。（ただし文書受付窓口は日曜、祝日は受け付けできません） 		
			

このパスシートは、診療計画の概要等をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更する事がありますが、その時はお知らせしますのでご了承ください。

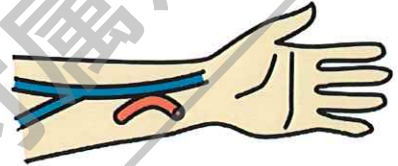
透析をはじめめる方へ

日本医科大学付属病院 血液浄化療法センター



もくじ

- 透析治療の流れ (P2~6)
- 腎臓のはたらき、腎不全の症状 (P7)
- 血液透析とは (P8)
- シェント管理 (P9~11)
- 体重管理について (P12~13)
- 水分と食事について (P14)
- 透析で起こりやすい症状 (P15~16)
- 災害対策 (P17)
- 透析医療費のしくみ (P18~19)



<透析治療の流れ>

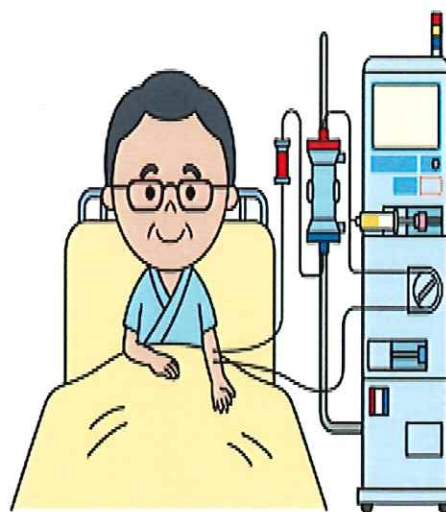
◎透析前日

- 病棟看護師より入室時間を連絡します。
午後からの場合は当日昼までに連絡します。

◎透析当日

入室前

- 透析開始時間2時間ほど前に痛みを和らげるテープを貼ります。
(詳細はP5)
- 持ち物
透析治療は3~4時間かかりますので、ラジオやDVD、雑誌等を持ってきていただいてもかまいません。ベッドは他の患者様と共有となります。毎回シーツは交換しておりますが気になる方はバスタオルやタオルをお持ちください。
- 入室前にトイレを済ませておいてください。
透析中は状態によってはトイレへ行けない場合があります。



入室後

① 体重測定を行います。

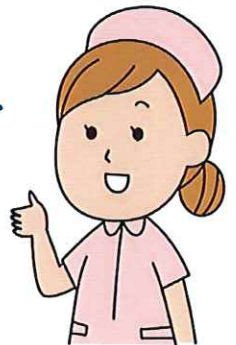
- 靴は履いたまま体重計に乗ってください。
- ポケットの中身は全部出してください。小銭や時計も出してください。
- 上着は脱いでください。
- 季節によって肌着や衣服の厚さが変わったときは、重さを測るのでスタッフにお伝えください。
- 腹巻、サポーターなどを着用している場合は看護師に伝えてください。

② ベッドへご案内します。

タオルやラジオを持参された方は準備してベッドに横になってお待ちください。

③ 血圧を測定します。

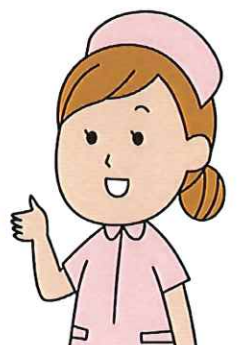
体重を正確に測るため、毎回同じような重さの服装で来てください。
寒がりの方はストールやタオルなど羽織るものをお持ちください。



治療開始

- ① 針を2本刺して透析を開始します。
- ② 透析中は血圧が変動することがありますので、自動血圧計で定期的に血圧を測定します。
- ③ 気分が悪い・お腹が痛い等のいつもと違う症状が出現しましたらすぐにスタッフにお声かけください。

吐き気、腹痛、便意、あくび、冷汗、目の前が真っ白になるなどの症状が出たらすぐ教えてください。



治療終了

- ① 約5分～10分かけて透析回路の中にある血液を体に戻します。
- ② 血圧など体調に問題がなければ針を2本とも抜き、10分ほど止血をしていただきます。
※退院までに止血ベルトの購入をお願いします。
- ③ 病棟へ戻る前に再度体重を測定します。正確な除水量を知るため、トイレへ行く前に測定します。

止血後もシャント肢に力を入れたり、曲げたりすると再出血することがあるので注意してください。



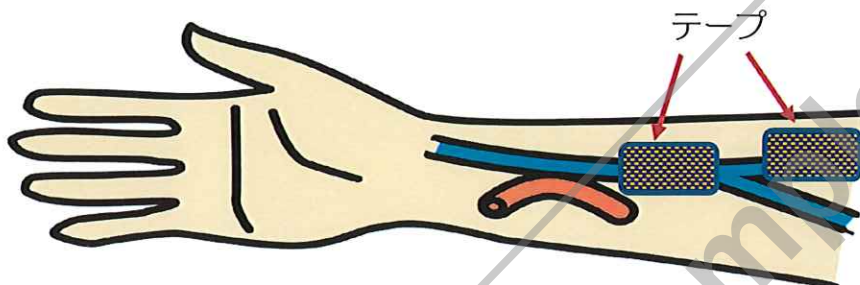
帰室後

- ・ シャントの針穴から感染を起こしたり、透析後は血圧の変動も起こりやすいため、透析日当日（透析後）は、入浴は控えてください。（シャワー浴か清拭にしましょう）

透析翌日

- ・ 朝、丸い絆創膏を外します。シャント肢は石鹸の泡でやさしく洗ってください。
- ・ 医師の制限がなければ、入浴可能です。

痛みを和らげるテープの貼り方



- 透析では、シャントの血管に2本針を刺します。
- 透析初回の前日または当日に、医師が針を刺す部分に印をつけます。
- 透析で使用する針は採血の針よりも太いです。そのため、痛みを和らげるテープを、針を刺す場所に透析2時間ほど前に貼ります。（完全に痛みがとれるわけではありません）
- 痛みを和らげるテープは、皮膚が乾燥していると効きにくいいため、普段から保湿を心がけましょう。

退院するまでに自分で貼ることができるよう、看護師と一緒に貼る練習をしましょう。難しい場合はご家族にも協力してもらいましょう。



透析中にトイレに行きたくなった時は…

- 血圧や体調が安定していれば、透析の回路を一旦外して、トイレに行くこともできます。
- 血圧が低いなど、場合によってはベッド上で尿器、便器を使用して排泄をしていただくこともあります。

※どちらも準備に少し時間が必要となりますので、ぎりぎりまで我慢せず、早めにお知らせください。

おなかの
具合が…
(((



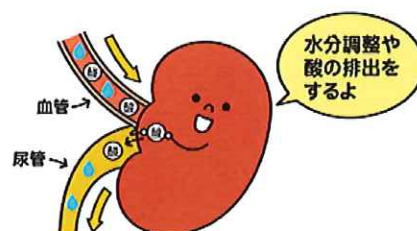
できるだけ、透析の前にトイレは済ませておきましょう。



<腎臓の働き>

腎臓に入った血液から、毒素や不要な水分などを1日に1~2L（リットル）の尿として排泄します。

- ① 老廃物の排泄
体内で利用された蛋白質などを尿素、尿酸、クレアチニンなどの老廃物に分解し排泄します。
- ② 水分、電解質などの調整
体に必要な水やカリウム、ナトリウム、リン、マグネシウムなどの電解質の調整をします。
- ③ pHの調節
体の酸性とアルカリ性のバランスを調整します。
- ④ ホルモンなどの生成
(エリスロポエチン)
⇒赤血球を造るホルモンです。不足すると貧血になります。
(レニン)
⇒血圧を上げるホルモンです。腎不全では過剰に分泌される場合もあります。
(活性型ビタミンD)
⇒カルシウムの吸収を助け、骨を丈夫にします。不足すると骨が弱くなります。



<腎不全の症状>

腎臓の働きが十分に出来なくなった状態を腎不全といいます。腎不全になると、老廃物や水分が溜まって、体のバランスが崩れ、尿毒症や心不全などの症状を起こします。

※症状としては、食欲不振、吐き気、嘔吐、貧血、息切れ、高血圧、むくみ、呼吸困難、掻痒感（かゆみ）などがあります。

<血液透析とは>

さまざまな原因で腎不全になり、腎臓がほとんど働かなくなったときに行われる代替療法です。しかし、腎臓の働きをすべて代替することはできません。

(血液透析でできること)

- 老廃物を取り除く
- 余分な水分を取り除く
- カリウム、リンなどの電解質を調整する
- pH を調整する

(血液透析でできないこと)

- エリスロポエチンの産生
- 活性型ビタミンDの産生

透析時の注射や内服
で補います。

腎臓は1日24時間働いていますが、血液透析は多くても1週間で12時間程度しか受けることができません。

※血液透析だけでは、腎臓と同じ働きをすることはできないため、食事など日常生活の過ごし方に注意が必要です。



<シャント管理>

シャントが狭くなったり、閉塞すると透析を行うことが出来なくなります。

毎日、ご自身で血流を確認し異常の早期発見に努めることが大切です。

① 血液の流れを確認する

◎毎日、シャント部に手をあて、スリル（シャントのザーザーと響くような振動）を確認しましょう。

◎シャント全体の音を聴診器で毎日聴きましょう。

- ・狭窄が起きると「ヒューン、ヒューン」と、すさまじいような高音がします。

- ・閉塞すると音が聞こえません。

※毎日何度か確認を行うことで異常の早期発見ができます。

シャント音が小さくなる、音の長さが短くなる、シャントの血管に痛みがあるなど、いつもと違う気になる症状がある場合はスタッフにお伝えください。



② シャント閉塞・狭窄を予防する

◎シャントの圧迫を避けましょう。

シャントがある腕で…



荷物を腕にかけない



腕時計をしない



つり革につかまらない



傘を腕にかけない



腕枕をしない



血圧測定や採血をしない

◎急激な血圧低下を避けましょう。

- 急に立ち上がらないようにしましょう。
- 長湯でのぼせないように気をつけましょう。
- 体重コントロールを心がけ、暴飲暴食は避けましょう。
- 内服薬管理や血圧測定など自己管理を心がけましょう。
- 毎日血圧手帳に血圧や体重を記載し透析時に持参しましょう。



③ 感染を予防する

◎シャント肢はいつも清潔に保つようにしましょう。

- 透析前は泡立てた石鹸でシャント肢を洗った後、痛みを和らげるテープを貼りましょう。
- 穿刺部位からの感染を起こすことがあるため、透析後の入浴は避けましょう。
- 透析後に貼る丸い絆創膏は翌朝に外しましょう。
- かき傷から感染することがあります。皮膚の乾燥による痒みが原因になることもあるため、保湿を心がけましょう。シャント肢の痒みがひどい場合は医師に相談しましょう。
- 犬や猫（動物に）噛まれないように気を付けましょう。

こんなときはすぐに病院へ連絡をしてください。

- 針穴からなかなか血が止まらないとき
- シャント肢を傷つけて血が止まらないとき
- シャント肢をぶつけて大きく腫れたとき
- シャント音が聴こえないとき
- シャント部・その周囲に触れてもスリルがないとき
- シャント肢が赤く腫れる・熱っぽい・痛みがある・硬い感じがあるとき

シャントのある腕を大切にしましょう！！



<体重管理について>

なぜ体重測定をするのか??

水分をとりすぎると血管内の水分が多くなり、心臓や血管に負担がかかり、それに伴った症状が出現します。

逆に、下痢や嘔吐が続くと体の水分が失われ脱水になります。

自分の毎日の水分バランスを知るためにも1日1回は同じ時間に体重測定を行いましょう。

※症状としては、体重増加、息切れ、むくみ、動悸、血圧上昇などがあります。

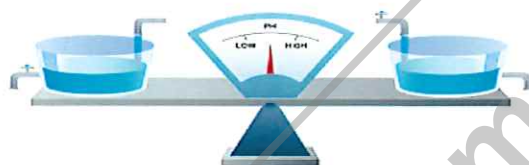


このような症状を早期発見するためにも毎日体重測定することをおすすめします。

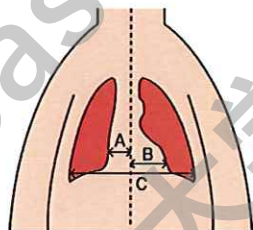


① ドライウエイト（透析後の適正な目標体重）とは

体に余分な水分がたまっておらず、日常生活をする上で体調が良い状態の体重のことを言います。



② ドライウエイトは「全身状態」「むくみ」「レントゲン」「採血」「血圧」などから総合的に決めます。



③ 体重増加の目安

透析間隔が1日空きの場合はドライウエイトの3%以内

透析間隔が2日空きの場合はドライウエイトの5%以内

(kg ~ kg)



<水分と食事について>



◎水分管理

- 腎不全の方は、尿が出なかったり、減ったりしているため、不要になった水分が尿として排泄されずに、体内にたまってしまいます。
- 1回の透析での除水量には限度があるため、体に負担がかからないよう、飲水量や食事量の調節が重要になります。

さんの場合

1日の飲水量は _____ ml 以下です

水分制限のポイント



- 加工食品など塩分を多く含んでいる食品、食塩、しょうゆ、みそ、ソースなどの調味料は喉の渇きをおこすため、控えましょう。
 - 汁物、おかゆ、めん類、鍋物、果物、アイス、ゼリー、プリンなど水分を多く含む食品は控えましょう。
 - お茶やジュース、氷、お酒、汁物なども飲水量に含まれます。
 - パンはご飯より水分量が少ないので、時にはパン食もおすすめします。
- ※惣菜パンは塩分が多いため注意が必要です。

<透析で起こりやすい症状>

① 不均衡症候群

- ・ 透析療法を行うことにより、急激に老廃物が除去され、体内のバランスが崩れ下記のような症状が現れることがあります。
- ・ 透析導入時に起こりやすく、また除水量が多い時にも起こることがあります。

※症状としては、頭痛、吐き気、嘔吐、からだがだるい、血圧の変動、足のつりなどがあります。

② 血圧の変動

(血圧の上昇)

- ・ 体重の増加が多いとき
- ・ ホルモン（レニン）の分泌が過剰なとき
- ・ 降圧薬を飲み忘れたとき
- ・ ドライウエイトの設定が高いとき

(血圧の低下)

- ・ 除水量が多いとき
- ・ 体調が悪いとき（風邪、下痢など）
- ・ 適正でない降圧薬の内服時
- ・ ドライウエイトの設定が低いとき

③ 手足のつり

- ・ 除水量が多すぎたり、ドライウエイトが低すぎるとき
- ・ 電解質（カルシウム、ナトリウムなど）のバランスが崩れたとき

※上記のようなときに足がつることがあるため、体重管理が重要です。



④ 掻痒感（かゆみ）

- 皮膚乾燥、透析不足、リンが高い状態が続いた場合などに起こりやすいです。

※皮膚の保湿（クリーム、軟膏を塗る）、リン制限、十分な透析により改善することがありますが、かゆみが残ることも少なくありません。

⑤ 不整脈

- 血液透析による過剰な体液の除去や電解質の急激な変化に伴い、心臓の規則正しい拍動が乱れることがあります。

※脈が抜けた感じ、動悸、胸痛、胸の不快感（締め付けられるような感じ）などがある場合はすぐに伝えてください。



<災害対策>

① 透析中に地震が発生した場合

- 地震がおさまるまで針が抜けないよう血液回路をしっかりと握りましょう。
- 上から物が落ちてくることもあるので、針が抜けないように注意しながら、毛布や布団を頭からかぶりましょう。
- スタッフの指示に従い落ち着いて行動しましょう。

② 地震が落ち着いたら

- 地震の程度や被害状況を確認しながら、透析が継続できるかどうかの判断を待ちましょう。
- スタッフの指示があるまでベッドから降りないようお願いいたします。

③ 被災後の透析

- 透析時間がいつもより短くなる場合があります。（限られた資源を多くの方に活用するため）
- 次回以降の透析スケジュールが変更となることもあるため、毎日の体重やカリウムの管理が大切です。
- 普段、通院している透析施設では透析が行えず他の施設へ行って透析を受ける場合があります。
- 被災時にもきちんと透析が受けられるようにご自身の透析に関する情報を把握しておきましょう。

アレルギーの有無
血液感染症の有無
最大時間除水量
シャントの情報
(穿刺部など)



④ 自宅での被災

安否の確認をするために、緊急連絡先を透析施設に伝えておきましょう。また、透析施設の連絡も把握しておきましょう。

<透析医療費のしくみ>

特定疾病療養受療証

申請窓口 各保険者

・健保組合・区（市）役所の国民健康保険担当課

手順 1. 窓口で申請書類をもらう。
2. 意見書を医師に書いてもらう。
3. 窓口書類を提出・申請。※即日発行となります。

負担 1万円/月＋食事代のみ

（一定所得以上の方は2万/月となります。）

※適応は申請月の初日からとなり、**前月に遡って適応はされません。**透析導入となったらすみやかに手続きを行ってください。

難病医療費助成（人工透析）

※都内在住の方のみ

申請窓口 住所地を管轄する保健所

書類

- ・難病医療費助成申請書兼同意書（お住まいの市区町村の窓口にあります）
- ・住民票（外国人の方は外国人登録原票記載事項証明書）
- ・健康保険証の写し
- ・高齢受領書をお持ちの方はその写し
- ・特定疾病療養受領証の写し

負担 0円/月 食事代のみ（一定所得以上は1万円/月）

※18歳未満の方は小児慢性疾病医療費助成を申請してください。



身体障害者手帳

申請窓口 市区町村役所（障害福祉担当窓口）

手順 1. 窓口で申請書類をもらう
2. 意見書を医師に書いてもらう
3. 役所に申請する

（必要なもの：申請書、意見書、証明写真 3 cm×4 cm）

- ・申請後 1～2 ヶ月で手帳が交付されます。
- ・東京都は透析導入で1級になりますが、他府県はCr（クレアチニン）値で等級が変わる場合があります。

受けられる福祉サービス（市区町村によってかわります。）

税金の控除

公共交通機関、公共施設の割引

高速道路の割引

駐車禁止区域での駐車許可証の発行（警察署へ申請）

補装具や日常生活用具の交付

その他（携帯電話割引、タクシー券の支給）

※詳しい手続き方法や受けられるサービス内容は、各市区町村の窓口へお問い合わせください。

