



田川市立病院

腎臓セルフケア入院のご案内

かめ吉通信 号外

令和5年6月1日

慢性腎臓病を悪くする原因に高血圧、高血糖、脂質異常症、肥満、高尿酸血症があります。これらの悪化因子を取り除くために、運動や食事などの生活習慣を見直す必要があります。

当院では、**検査で尿たんぱくが陽性の方、またはeGFR60未満の方を対象に**腎臓セルフケア入院（腎臓病教育入院）を行っています。入院を機に、自分の体（腎臓）のことを知り、腎臓を守るための生活を一緒に考えていきましょう。

入院期間は1～2週間です。

（仕事や家庭の都合により入院期間は調整できます。）



入院中の1日の流れ

7:00

● 起床（血圧・体重測定）

8:00

● 朝食

9:00

● 運動

10:00

● 栄養管理の話

12:00

● 昼食

14:00

● 腎臓病教室

15:00

● 体組成測定

16:00

● 入浴

18:00

● 夕食

21:00

● 就寝（血圧・体重測定）



1週間コースの詳細については裏面をご覧ください。



運動習慣のきっかけに



塩分6gの食事体験



相談してみましょう



入院を希望される方は、当院主治医、または医療支援センターにご相談ください。TEL:0947-44-2100



動脈硬化はどうだろう？
（体組成測定）



腎臓病教室



目標血圧は？
（血圧測定）

1週間コース(予定)



	入院	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	退院
食事	塩分6g 体験	栄養 相談				栄養 相談		10時 退院
運動	足確認	運動	運動	運動	運動	運動	運動	
ウォー キング	歩数計 運動 コース 案内	5千歩～ 1万歩	5千歩～ 1万歩	5千歩～ 1万歩	5千歩～ 1万歩	5千歩～ 1万歩	5千歩～ 1万歩	
集団教室			腎臓病 教室					
尿検査		畜尿	畜尿					
管理相談	血压管理	腎臓働き	水分管理	塩分管理	K制限	療法選択 HD・PD		
血压	血压	血压	血压	血压	血压	血压	血压	
体重	体重	体重	体重	体重	体重	体重	体重	
検査		体組成		ABI/PWV		体組成		
他	※内視鏡検査は希望							

