

TOMORROW

平成29年11月度会報 骨髄移植体験者の会

H29. 12. 25発行

発行者：武田 亮

連絡先：0463-32-2320（長屋）

Mail：ashita@zmail.plala.or.jp

H29年11月度ミーティング開催



今年も残り少なくなってきました。まだ12月なのに、真冬を思わせるような寒い日もあり、インフルエンザも流行し始めているようです。皆様、いかがお過ごしでしょうか。今年最後の6回目のTOMORROWの会のミーティングが11/18(土)に開催されました。今回は、移植予定の患者さんとご家族7名、体験者8名、コーディネーター3名 合計18名の参加となりました。今回は、ご家族の接し方や退院後の食事等について、参加者全員で話し合いを行いました。



1. ご家族の接し方

患者さんのご家族から、毎日病院と自宅の往復で非常に疲れるが、どうしたらよいか？といった質問がありました。体験者の方から、患者さんのお世話とご自分の生活を両立させようとするのは無理があり、患者さんのことはある程度、病院に任せて、病院には毎日行かず、ご自分の生活をもっと大切にされた方がよいとのアドバイスがありました。



2. 退院後の食事

退院後、食欲がない時期を過ごされる方も多いと思います。その場合、流動食で1時期、凌ぐのは仕方がない事だと思います。しかし、ご自分の口から、食べ物を摂ることも非常に重要です。体験者の方に退院後、どのようなものを口にしたか挙げてもらった所、カップラーメン（小）、ゼリー飲料、生協の冷凍ラーメン、ギリシャヨーグルト、マックのハンバーガー、ハーゲンダッツのアイス等、様々でした。体験者の方から自分が食べられそうだった物から、少しずつ、口から摂るようにすると良いとのアドバイスがありました。

3. 体力の回復

退院後、自宅に帰ってから、感染症に注意しつつ、患者さんご自身の体力をいかに早く回復させるかが大きな関心事です。体験者の中には、家の周りを散歩する方や洗濯物を干すこと等の家事を生活の中でのリハビリと考え、ご自身の体力の回復に役立てた方もおられました。また、ラジオ体操、ストレッチ、家の周りを散歩することで体を動かして、体力を回復させている方もおられました。

4. 最後に

今年も大勢の方がミーティングに参加してくださり、ありがとうございました。参加者も毎回15～20名と盛会でした。また、移植前にこの会に参加され、移植後、1年以内に再び参加され、体験したことを話して頂ける方も増えて参りました。来年も“細く長く”続けていけるようにしていきたいと思います。

それでは皆様、良いお年をお迎えください。



(平成30年1月度のミーティング)

日時：平成30年1月20日(土) 13:00～15:00

場所：集団指導室 (1F会計 右横の通路奥の部屋です)

平成30年3月度のミーティング：3月17日(土) 13～15時開催予定

