

# Q & A



## 患者さんからの 質問箱

### 旅行

**Q 1** 以前はよく旅行に出かけたものですが、透析が始まってからは行けなくなってしまいました。二泊の旅行も可能ですか？

**A 1** 透析終了後の週末を利用すれば、二泊三日の旅行も十分可能です。透析導入後、初めての旅行でしたら、旅行先でのトラブルも心配でしょうし、身体的には徐々に慣らしていくことも大切ですので、近場の地域から楽しめるのが良いでしょう！勇気を出して一度出かけてみると意外と自信がつき、旅行先もどんどん広がっていくかも知れません。

何かと制約の多い透析生活なので、そのストレス解消のためにも、旅行は気分転換の有効な手段だと思います。最近では、透析患者さん向けの旅行ツアーも企画されていますから、気の合う患者さん同士、誘い合って行くのもいいかも知れません。患者さんの中には、1週間から10日間くらいかけてヨーロッパやハワイなどへ行き、海外で透析を受ける方

も少なくありません。

海外での透析は抵抗がある、というお気持ちもよく分かります。その場合は、近場の韓国くらいなら、出先で透析を受けなくても週末を利用して旅行を楽しむことができます。実際、私たちのクリニックにも、そのようにして旅行を楽しんでいる患者さんがたくさんいらっしゃいます。

また、日本国内であれば透析施設は多数ありますので、行きたい地域の透析施設を調べて、臨時透析を依頼することも可能です。それであれば、国内でも安心して、地元のお料理を味わいながら長期の旅行も楽しめます。

ただし、患者さんごとに病状や状況は異なりますので、担当の医師やスタッフに相談のうえで旅行を計画し、楽しんでください。

(大野盛子／あさお会 あさおクリニック・看護師)