

ひまわり

第3号



透析医療に関する知識 No 2

血液透析・腹膜透析・腎移植について

寿泉堂クリニック 院長 白岩康夫

臓器移植法が成立したのが平成9年7月である。これで腎移植が促進されるかと大いに期待されたが、腎移植の件数は思ったほどには増えなかった。腎移植は心臓移植と違って心停止後の腎臓摘出でも移植が成り立つ。したがって他の臓器移植よりも献腎による移植の件数は多い。平成8年に639件であった腎移植数は平成19年には1,224件とほぼ2倍に増えているが、それは生体腎移植が増えているからに過ぎない(表1)。そこで献腎移植を待ちきれない人々がアメリカ、ドイツ、中国、フィリピンなど海外に渡航して腎移植を受けるといった現象が現れた。ところが、外国では臓器移植は自国内でまかなうべきであるとの考えが強まり、やがて規制される運命にある。最近聞いた話であるが、県内で透析を受けていた患者さんが連絡もなしに急に来院しなくなり心配していたところ、その方は中国に渡り腎移植を受けていた。しかし失敗して死亡したという。このような背景のもと、脳死を人の死とし、本人の意思が不明な場合でも家族の同意があれば臓器の提供ができるとする臓器移植法の改正が行われた。今後、献腎移植が増加するよう期待している。

皆さんご存知の通り慢性腎不全の治療には、血液透析(HD)、腹膜透析(CAPD)、腎移植の3つの方法がある。現状はどうか、福島県と全国の状況について表2に示した。全国と比較して福島県は昼間透析とCAPDが多い。CAPDが全国平均より多いのは、福島県はCAPDが日本に導入されてすぐ、昭和57年にCAPD懇話会を発足させ、他県に先駆けて普及を図ったため、積極的にCAPDに取り組んでいる先生が多いことによる。CAPDは食事制限が血液透析より軽く、治療のために通院する時間が少なく社会復帰に優れているから、患者さんの満足度が高い。そういう意味でCAPDの普及率が高いのは結構なことである。夜間透析が少ないのは大都会と違って仕事を続けている人が少ないためと推測している。

腎不全の治療にはいくつかの選択肢がある。どれを選んだにせよ患者さんと医療スタッフの協同作業が円滑に行われない限り安全、安心、安定し結果は得られない。心すべきことである。

表1. 日本における腎移植実施数

	腎移植件数	
	2006年	2007年
生体腎	939(82.7%)	1,037(84.7%)
献腎 (心停止下)	182(16.0%)	163 (13.1%)
献腎 (脳死下)	15(1.3%)	24 (2.0%)
計	1,136	1,224

表2. 福島県における透析患者数の現況

全国統計は 2007/12/31 現在

総数	昼間透析	夜間透析	在宅透析	腹膜透析
全国 275,121 (総数に対する百分率%)	223,900 (81.4)	41,720 (15.2)	187 (0.07)	9,314 (3.4)
福島県 4,368 (総数に対する百分率%)	3,641 (83.4)	497 (11.4)	0 (0)	230 (5.3)
全国/福島県%	1.63	1.19	0	2.47

7月30日(木) 緊急離脱訓練を行いました!

最近、水害・地震による災害を多く耳にします。

皆さん!!透析中に緊急避難を余議なくしなければならぬ状況になったらどうしますか・・・?

透析センターでは、年1回(夏)患者さん参加型の緊急離脱訓練を実施している事は、既にご周知の事と思います。

今年度も、離脱訓練を実施しました。

震度6の地震を想定し、患者さんとスタッフが真剣に緊急離脱、避難方法等に取り組んでいました。

訓練終了後、各グループに分かれ離脱訓練の説明を受け、一人ひとりが回路に触れたりしながら、災害に時に自分達はどの様に行動すべきかを体験する事ができました。

今回、初めて参加した方から「1度は参加してどんなふうにするのかが知れたかった」「参加してとてもためになった」との声が聞かれました。

災害時には「自分の身は自分で守る」ことを、日常生活の中で忘れないように心掛ける事が重要です。

皆さん、“防災の手引き”に目を通されましたか??

透析患者カードは常に携帯していますか?



訓練の様子

食事特集！！
食事バランスは
どうですか？

バランスの良い食事 で夏バテを予防しましょう

8月も中旬になり、やっと夏らしく暑さを感じられる日が続いています。皆さん、夏バテして食欲がおちいませんか？暑いといふ素麺などさっぱりしたものに偏りがちですが、それでは栄養バランスが崩れ、体がだるく、疲れやすくなってしまいます。

夏バテ予防のためにバランスの良い食事をとることを心がけてください。

😊 バランスの良い食事とは？



「主食」、「主菜」、「副菜」をそろえた食事



主食(ご飯、パン、めん、もちなどの炭水化物) エネルギーになるもの

主菜(魚、肉、卵、大豆製品などのたんぱく質) 体をつくるもの

*たんぱく質の多い食品にはリンも多く含まれています。1食でたんぱく質を多く含む食品を重ねてとり過ぎないように気をつけましょう。

副菜(野菜、果物などのビタミン・ミネラル) 体の調子を整えるもの

*野菜や果物にはカリウム・水分が多いのでしっかり下処理(茹でこぼす、水にさらすなど)し、食べ過ぎないようにしましょう。

胃腸を適度に刺激し、食欲増進や消化を促進させてくれる香辛料(唐辛子・山椒・わさび・からしなど)・香味野菜(しょうが・にんにく・しその葉・みょうがなど)や酸味(酢・レモンなど)を上手に利用して食べてみるのもおすすめです！

疲労回復効果のある栄養素ビタミンB1(豚肉、ウナギ、大豆などに多く含む)は玉ねぎ、にんにく、にら、ねぎなどと組み合わせると吸収がよくなります。

七夕

七夕に願い事を短冊は、織姫の織る美しい布にもたとえられています。

今年の七夕は、あいにくの空模様でしたが、雲の上では織姫（ベガ）彦星（アルタイル）はカササギの力をかりて天の川を渡り、逢う事ができたのでしょうか・・・。

宵の空高く流れる天の川に皆様はそれぞれに何を願ったのでしょうか・・・。

どうぞ皆様の願いが届きますように！！

旧暦の七夕は8月26日です。夜空を見上げ天に流れる天の川の岸边を見つめると織姫と彦星が美しく輝いているかもしれませんよ★

毎日が元気で

いられますように

みんな仲良く

暮らせますように

一年一年大切に生活したいです

いつも仲の良い
お二人です♪

皆さんの
願いが
叶いますよ
うに



みつさんと一緒
ハイ！チーズ♥



みんな元気で
ありますように

