

ひまわり

第9号

透析医療に関する知識 No. 7



透析開始後の寿命に影響する要因とは

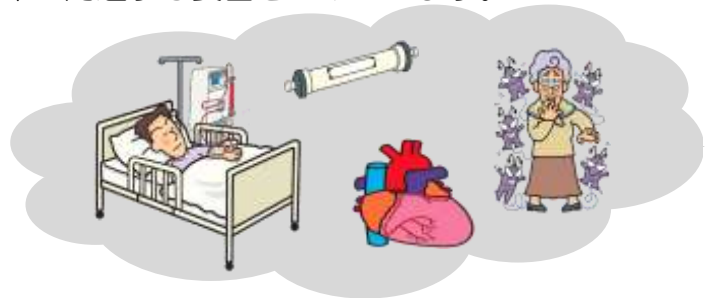
～主に透析時間について～

寿泉堂総合病院副院長
寿泉堂クリニック透析センター長
熊川 健二郎

日本透析医学会では1968年より年1回、全国の透析医療施設を対象に統計調査を行っています。それによると2009年12月31日現在、透析療法を受けている患者さんは血液、腹膜透析を含め290,675人(約29万人)で前年より8,053人増加しています。(表1)尚、福島県の患者さんは4,705人でした。これは国民438.7人に一人が透析患者さんです。また、亡くなられた方は27,729人で、原因は心不全(23.9%)、感染症(20.8%)、不明(10.1%)、その他(9.7%)、悪性腫瘍(9.4%)でした。(表2)その統計調査や、国際的なDOPPSという同じような調査で寿命に関連する要因を上げています。

下記の5つが考えられます。

- ①心血管合併症
- ②感染症
- ③透析時間
- ④透析液の内容・透析膜・血液流量・透析液の汚染
- ⑤バスキュラーアクセス(内シャントなど)



以上の5つで、はっきり関連づけられているのは透析時間です。透析時間は長ければ長い程、寿命が伸びているとの調査結果です。DOPPSの統計でも同様の結果が出ています。

透析時間はどのように設定されているのでしょうか？

現在は透析前後の検査データ、除水量、ダイアライザーの大きさ、血流量、透析液流量、

薬剤で限られた時間で透析の効率を上げている 4 時間を中心に生きていく為の必要最低限の透析量を設定しています。だから、自己管理を厳しく要求しているとの考えもできます。

血圧低下をおこしにくい除水量 10~15ml/kg/h、これは血液リフィリングといって、除水により血液内の水分が減ると組織血液や細胞血液から水分補給して補う量です。例えば体重 50kg の人では 1 時間あたり 500cc 前後が良いとされています。それを実現する為、透析間の体重増加を 5% に押さえる自己管理の必要性が透析時間を限定すると生じます。もし、体重が 5% 以上増えたなら少なくゆっくり時間をかけて除水すれば血圧低下などの症状がでにくくなります。

透析時間延長のメリット

- ・生命予後がよい。
- ・不快な症状が出にくい。
- ・食事制限、水分制限の緩和。

透析時間延長のデメリット

- ・拘束時間の延長（患者さん、医療者側）
- ・診療側の経済的負担増（水道代、電気代、人件費など）

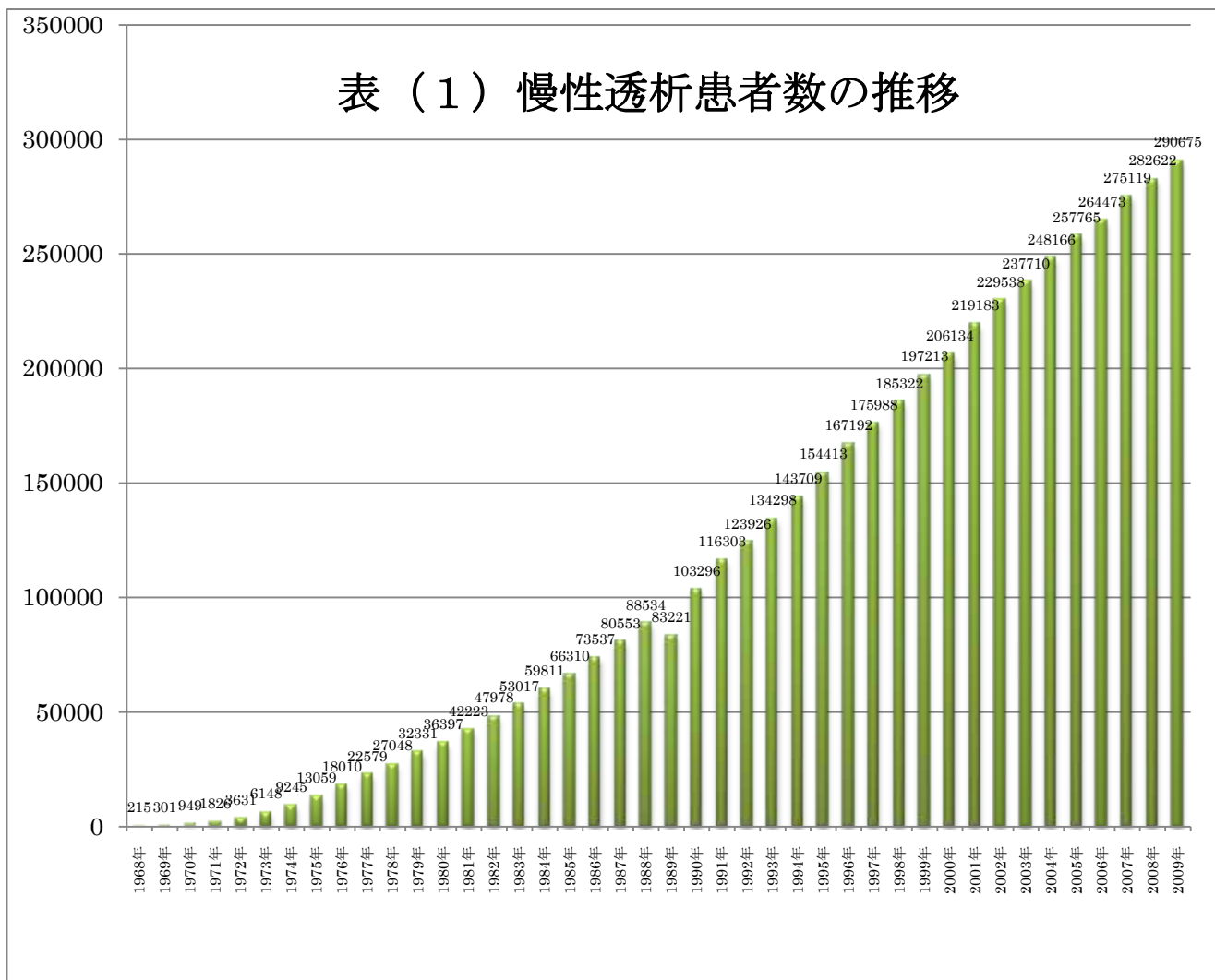
それでは、どのような人が透析時間を延長したらよいのでしょうか？

- ①透析中に血圧低下、ショック、下肢つり、血圧低下の予防薬を使用している人。
- ②ドライウェイトから 5% 以上増える人、家に帰って 1~2 時間休まないと動けない人。
- ③心疾患（不整脈、狭心症、心肥大、冠動脈ステント留置）HANP、BNP の高い人。
- ④リン・カリウムが高い人。首・関節痛のある人。
- ⑤かゆみがある人。口臭が気になる人。
- ⑥四肢の不随運動、ふるえ、RLS（足ムズムズ症候群）。
- ⑦高血圧のコントロールが困難。
- ⑧エポ剤の使用量が多い人。
- ⑨食欲低下、発汗異常、口腔乾燥など自覚症状のある人。

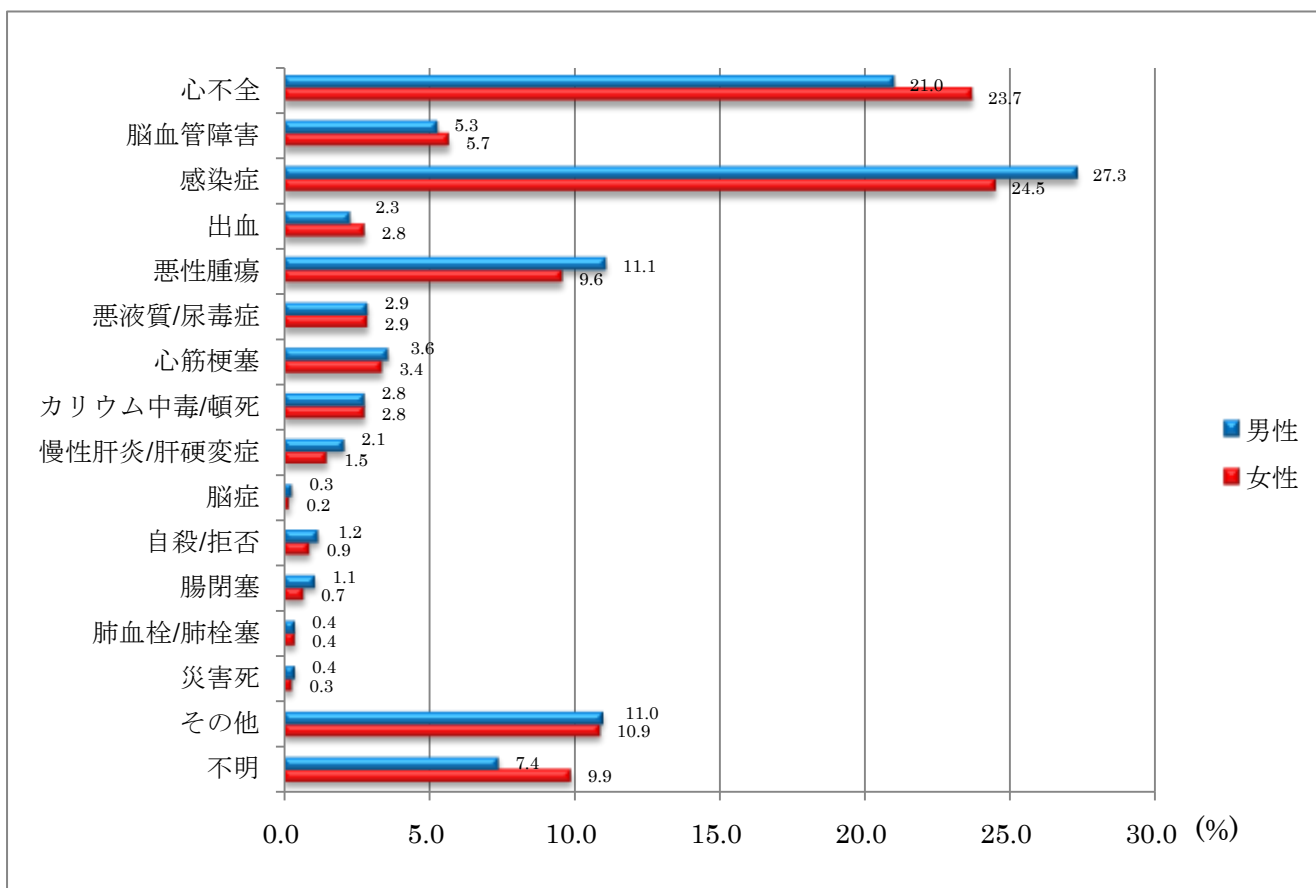
以上的人是めて 30 分でもいいので時間延長を考えてはいかがでしょうか。

寿命の延長は、透析時間のみではなく高血圧、貧血、ミネラル代謝、低栄養と炎症、肝炎ウィルスなど合併症の克服も重要なことです。今までの「ひまわり」で各先生方が書いていますので、もう 1 度、読み直していただければと思います。

表（１）慢性透析患者数の推移



表（２）導入患者の死亡別分類



秋の味覚を味わおう



夏の暑さが終わり、涼しい日々が訪れました。
食べ物が美味しい収穫の秋ですね。

カリウムやリン、水分に気を付けながら旬の食材を楽しみましょう。

1日1回当たりの目安量

さんま	頭付き 1/2 切れ	60g を目安に
生鮭	1 切れ	60g
さば	1 切れ	60g
さつまいも	1/3 本 (皮つきで)	60g)
さといも	小 1 個 (皮つき)	50g)
梨	皮・芯除いて	1/4 個 (50g)
りんご	皮・芯除いて	1/4 個 (60g)
柿	皮・芯除いて	大 1/4 個 (40g)
栗	皮むき中	3 個 (50g)

MEMO

干し柿や干し芋などの乾物は、生のものよりカリウムが多くなっています。

生のものを適量摂るようにしましょう。

生の柿 1 個 170mg ⇒ 干し柿 1 個 335mg

栄養士：早川

臨床心理士をご存知ですか？



星 裕子さん

みなさん、こんにちは。臨床心理士の星です。普段は寿泉堂総合病院で勤務していますが、寿泉堂クリニックにはほぼ2週間に1回のペースでお邪魔させていただいています。クリニックでは、先生方の回診に付いて皆様の状態を一緒に見たり、看護師さんと情報交換をしたりしています。また、看護師さんから質問があれば、分かる限りでお答えしたり、必要に応じて患者さんの個別相談にも応じています。

臨床心理士は、「心の問題を扱う専門家」であるといえます。ですから、悩み事や心配事を抱える方の話を聴き、少しずつ整理しながら、問題解決の道筋を一緒に見つけていくことが主な仕事となります。また医療スタッフに対して、患者さんの心理状態をフィードバックした上でアドバイスをすることもあります。いずれにしても、患者さんがよりよい状態になれるよう、直接的あるいは間接的なサポートをします。

身体的な疾患を持つ方の多くは、気分が落ち込みやすいと言われていています。そうした中で少しでも治療に前向きになれる、元気を持って生きることができるよう、微力ではありますがサポートしたいと思っています。

見かけた時は、お気軽に声をかけて下さい。今後ともよろしくお願い致します。

お知らせ

送年会改め、第2回忘年懇話会のお知らせ

昨年、インフルエンザの流行で開催中止となった送年会。。今年は名も変更して開催しま〜す(^_^) 近日、詳細を患者さんの掲示板に貼りだしますので是非ご覧下さい！！