

ひまわり

第10号

透析医療に関する知識 No. 8



腎移植をとりまく諸問題

寿泉堂クリニック院長

白岩 康夫

医学・医療が進歩しても、それを可能にする制度が整備されていないと宝の持ち腐れとなり医療が停滞します。臓器移植がまさにその状態にあります。米国の死体腎移植数は年間8665件なのに日本では136件に過ぎません（2003年国連資料）。日本より人口の少ないドイツでも2111件、イギリスで1297件と国際的に見ていかに少ないかがわかるでしょう。

1. 臓器移植法の改正

このたび臓器移植法が改正され、平成22年1月17日から施行され始めました。いくつかの改正点の中で注目されるのは、本人の臓器提供の意思が不明の場合でも遺族がこれを書面により承諾するときは臓器を摘出できるようになったことです。また、脳死判定についても、本人が脳死判定拒否の意思表示をしていない場合に、家族が脳死判定を行うことに同意し書面が作成されていれば脳死判定を行うことができます。この改正により臓器摘出の機会が増えてくることが期待されます。

2. 腎移植と心臓移植との違い

心臓移植は脳死状態から心臓を摘出しなければ移植が成功しません。腎臓の場合は脳死状態でなく心停止後でも腎臓を摘出し移植することができます。また適正に保存された腎臓であれば摘出後48時間経過したものでも移植できます。

したがって献腎移植の場合は心臓移植よりも移植の機会が多いのです。

心臓移植の場合は拒絶反応が起こって心機能が停止すればおしまいです。しかし、腎臓移植の場合は拒絶反応によって腎臓の機能が廃絶しても、再び透析療法に戻ることができます。

3. 拒絶反応

腎移植には拒絶反応はつきものです。移植された他人の腎臓は異物なので被移植者から排除されるのです。そのためせっかく移植されたのに腎機能が低下し、ついには機能を失ってしまいます。そこで拒絶反応を防止するため種々の免疫抑制法がとられます。近年、新しい免疫抑制剤の出現により従来は不可能とされていた ABO 血液型の合わない人の間でも（ABO 血液型不適合）腎移植が行われるようになりました。免疫抑制剤の服用は術後日数が経過し、拒絶反応が抑制されてくれば減量することができます。しかし生涯にわたって服用し続けなくてはなりません。

4. ABO 血液型不適合腎移植

術前検査で血液型が合わない場合、被腎移植者があらかじめ二重膜濾過法（透析の一種）で抗血液型抗体を除去し、また手術 1 週間前から免疫抑制剤（プログラフ、セルセプト）をのむことによって腎移植が可能となりました。その結果血液型の合わない夫婦間の腎移植が行われるようになったのです。その他は、親子、兄弟姉妹間の移植に限定されます。この手術は献腎移植には応用し難く、脳死腎移植または心臓死腎移植ではあくまでも ABO 式血液型が同じであることが条件となります。

生体腎移植の適応範囲が広まったことで腎移植数は増加傾向にあります。その中で ABO 血液型不適合腎移植が年間総腎移植の 20% を占め、また献腎移植が少なく、生体腎移植が多いため日本での症例が世界で最も多くなっています。

5. 腎移植のメリット・デメリット

どんな医療にも利点と欠点があります。利点としては 1) 透析医療から開放され、病院に通う日数が減る。2) 食事制限が緩和される。特に水分摂取の制限が解除されるのが大きい。3) 女性では妊娠、出産が容易になる。4) 小児の場合成長、発育が期待できる。5) 健康な人とほぼ同様の生活が可能となる。欠点としては 1) 移植手術が必要であり、術後免疫抑制剤を継続して服用しなければならない。3) 免疫抑制剤による副作用が出ることもある、などです。

総合的に見れば欠点より利点が多いことは否定できません。

6. 慢性腎不全治療の 3 本柱

慢性腎不全には、1) 腹膜透析、2) 血液透析、3) 腎移植の 3 つの治療方があります。どの方法にも利点欠点があり、どれを選ぶかは患者さんの年齢、病状、家庭事情、社会的状況によってそれぞれに決められることで、選択肢が多いことは好都合です。それに 3 者はお互いに乗り換えることができます。患者さんは自分に適した方法を選び、良質な透析生活を送って欲しいというのが私の願いです。



お正月料理のアドバイス



一年を振り返って、食生活はいかがでしたか？

年末年始は食卓にごちそうが並び機会が多くなると思います。塩分、カリウム、リンが多い食事になりやすいので、上手に食べるようにしましょう。

今回は、おせち料理についてお話します。

①塩分の多い料理になります

おせち料理は保存ができるように、塩や砂糖を使い、しっかりと味付けしたものが多くです。手作りして、味付けを調整しましょう。

②カリウムやリンの多いものが出回ります

昆布巻き、黒豆、田作りなどは極力控えましょう。
きんとん、なますも少なめに。



③バランスよく食べることが基本。きちんと3食食べましょう

お餅だけにならないよう、たんぱく質や野菜も忘れずに。

おせち料理の栄養 1回量を少なく、1日に何回も食べないようにしましょう

<p>もち 1個 50g</p>  <p>エネルギー 117kcal 塩分 0g リン 39 mg カリウム 33 mg</p>	<p>にしん昆布巻き 25g</p>  <p>エネルギー 82kcal 塩分 0.8g リン 68 mg カリウム 398 mg</p>	<p>伊達巻き 2cm厚さ1枚</p>  <p>エネルギー 59kcal 塩分 0.3g リン 36 mg カリウム 33 mg</p>
<p>紅白なます 小皿1つ</p>  <p>エネルギー 23kcal 塩分 0.2g リン 11 mg カリウム 142 mg</p>	<p>栗きんとん 栗は1個</p>  <p>エネルギー 115kcal 塩分 0.2g リン 22 mg カリウム 200 mg</p>	<p>かまぼこ 1.5cm厚さ2枚</p>  <p>エネルギー 24kcal 塩分 0.6g リン 15 mg カリウム 28 mg</p>
<p>ぶりの照焼 50g</p>  <p>エネルギー 108kcal 塩分 0.8g リン 121 mg カリウム 179 mg</p>	<p>田作り 10本 20g</p>  <p>エネルギー 67kcal 塩分 0.4g リン 460 mg カリウム 320 mg</p>	<p>鍋物や果物、アルコールで水分のとり過ぎにも注意しましょう！</p>
<p>かずのこ 1本 20g</p>  <p>エネルギー 18kcal 塩分 0.2g リン 19 mg カリウム 0 mg</p>	<p>黒豆 大さじ1杯</p>  <p>エネルギー 98kcal 塩分 0.3g リン 41 mg カリウム 122 mg</p>	

第2回寿泉堂クリニック忘年懇話会♪



11月25日、木曜日に第2回寿泉堂クリニック忘年懇話会が行われました。昨年は新型インフルエンザの流行を懸念し、中止となってしまいましたが、一年ぶりに開催することとなりました。今年は始めに、白岩Drによる患者さん向けの腎移植についての講演があり、皆さん真剣に話を聞いていました。

その後の懇親会では、ビンゴゲームや、患者の岩村進さんによる余興などで大変に盛り上がり、楽しいひと時となりました。一昨年よりも参加患者さんは若干少なかったのですが、今年初めて参加した患者さんからも参加して楽しかった、良かったなどの声も聞かれました。是非まだ参加した事のない患者さんは次回参加して見て下さい♪

会場の様子↓



白岩先生による腎移植の講演



講演中の様子



浮内昇さんと橋本茂さん(懇親会)♪

患者さんの声 ~参加者の感想コーナー~

初めて忘年懇話会に参加しました。初対面の患者さん達と飲食しながら話し合い、とても有意義でした。又、看護師さんが一生懸命に会を盛り上げてくれて楽しい一夜でした。
~62歳 男性より~

楽しみにしていた忘年懇話会に今年も無事参加することができました。透析時間、曜日、仕事、生活環境等の異なる患者さんとの会話も今後の透析生活を送る上で大いに参考になりました。目標はただ1つ・・・長く快適な透析を送る・・・ことが出来るように頑張っていきたいものです。イベント委員会の努力に感謝し、次回もまた参加出来るように日々、精進して行きたいものです。
~4階日中透析 菱沼 孝さんより~



今回初めて忘年懇話会に参加させて頂きました。最初に腎臓移植についての話しを聞き自分の場合で考える時、容易に判断が付かず現在尚思索中です。

その後の懇話会は、毎日の仕事の合間を縫って何ヶ月も前から看護師さん達がこの日の為に、誠に寝る間も惜しみ私達患者達の為、心温まるイベントを催して頂いた事に心より感謝したいと思います。お陰様で日頃会話も少ない患者さんとの会話にも最近忘れていた笑みさえ感じとる事ができ、久々に楽しく時を過ごしました。更に内容充実の為、カラオケタイム等を加えて頂くと益々会場の盛り上がり期待できる事と思いがいかでしょうか？是非一考下さい。

私事ですが~私は12歳の時に糖尿病と診断されから今日まで数々の合併症を併発、今年4月より人工透析治療を始め、多少不自由さも有りますが時には好きな庭の手入れや演歌を歌うなど元気に明るく体調管理を心掛けて参ります。
~5階日中透析 保住 方久さんより~



昨年は新型インフルエンザの影響で送年会は開催されませんでした。感染に気をつけなければならない季節と実感がわいてきました。今年の懇話会は腎移植のお話も有り、有意義で楽しいものでした。

探査機はやぶさが、小惑星イトカワから微粒子を採取し帰還しました。地球創生の謎を解明する手がかりになるそうです。地球誕生46億年、トイレットペーパー50m。トイレットペーパーで年表を作ると人生は1万分の1mmにもなりません。病気に伴う悩みも小さなこと。逆に同時代に生きることは奇跡。楽しい時を一緒に過ごすことは貴重で有り難く思えます。このような機会を作っていただき有難うございました。
~5階日中透析 星 誠さんより~