



No.11 / November, 2008

さつきの丘だより

竹村内科・腎クリニック通信

〒322-0029 栃木県鹿沼市西茂呂 4-46-3

Phone: 0289-60-7577 · Fax: 0289-60-7578 · URL: <http://take2002.on.arena.ne.jp>

透析センター編

● 24時間血圧測定

人間の血圧は、常に一定というわけではありません。緊張したり、ストレスのかかるような時には、血圧は高くなります。病院に来て、お医者さんの目の前で測るときや、運動している時などにも、血圧は容易に変動します（極端な話ですが、重量挙げの選手がダンベルを持ち上げたときに、血圧が瞬間的に450 / 300mmHgくらいに上がるとも言われています）。病院で測った数値だけでは、その方の血圧を正しく評価しきれないことも多いのです。病院で血圧を測定するほかに、自宅での1日2回測定を勧めています。ところが、なかにはこれでも十分でない方もいるのです。たとえば、日中起きているときよりも、夜間寝ているときのほうが血圧は下がっているのが普通なのですが、一部の高血圧症の人では睡眠中に血圧が下がらない



場合や、逆に、夜間の血圧が上がる場合のあることがあります。このような場合に、脳梗塞や心肥大、蛋白尿など、高血圧による臓器の障害がとてもおこりやすいことがわかってきました。朝起きた時の血圧が高い場合は、その時間帯での脳卒中や心筋梗塞発作発症との関連が深いことも報告されています。一口に高血圧と言っても、様々な病状があるので、このたび、最新の24時間自動血圧計を導入いたしました。もちろん健康保険適応です（本年4月から）。24時間血圧計をつけることで、日中の活動中や睡眠中など、普段なかなか捉えられない血圧の変動を調べることができて、より危険な夜間～早朝高血圧が分かるようになりました。詳しくは医師にご相談ください。（Sam）

←24時間血圧計を取り付けたところです。コンパクトで便利な機械です。このように、おどろいたりすると、血圧が変化します。

学会だより

8月27日（土）に、獨協医大の開学25周年記念講堂で、第31回栃木県透析医学会が開催されました。栃木県内にある多数の透析施設から参加がありました。46の一般演題と、埼玉医大・鈴木洋通教授の特別講演がありました。当院からは、「血漿輸血で透析を離脱できた若年性悪性高血圧の一

例（竹村克己）」、「自動返血機能の使用経験（小島裕樹）」、「透析患者の自己管理能力と看護師の指導能力のレベルアップを目指したクリティカルパス（落伏のぞみ）」、「透析患者に対する抗アルドステロン治療の経験（根本遵）」の、4演題を発表し、盛んな討論が行われました。

ウラも見てね



木もれ陽

今回は、ドライウエイト（略してDW）の話をしていきましょう。透析をされていない方には、あまりなじみのない言葉ですね。DWは「適正体重」「目標体重」ともいわれ、余分な水分がたまっていない体重のことです。透析が終わって帰るときの「仕上げの体重」と言う先生もいます。

透析の患者さん（腎臓の悪い患者さん）は、オシッコが出ない、または出にくくなっています。腎臓が悪くない人は、身体に必要な水分を蓄え、余分な水分はオシッコとして出しています。例えば、塩辛いものをたくさん食べたりお酒をたくさん飲んだりすると、次の日の朝、手足や顔がむくんだり、血圧が少し高くなったりします。健康な方なら、むくんだとしても、たいがい夕方にはスッキリしてしまいます。オシッコとして出してしまうからです。

しかし、オシッコが出ない、出にくいとなったら、その余分な水分はどんどんたまる一方です。徐々に血圧が高くなり、一般に5kg以上たまると、手足や全身がむくんできます。やがて肺や心臓に水がたまると、呼吸が苦しくなったり、心臓が大きくなって心不全になります。透析の患者さんは、余分な水分をオシッコとして出して体重をコントロールできない状態なのです。ですから、透析治療中に医師が診察して適正な体重を決める必要があります。

DWは、血圧・心臓の大きさ・手足のむくみ・体調に関する問診・採血結果（心臓から出ている特殊なホルモンの量など）を総合的に判断して決めていきます。体重が体調、季節などにより変わって当然なように、DWも変わっていくものです。

しかし、ちょっとした誤解により、「DWを

下げたくない」「DWを上げたくない」という患者さんがいます。DWを変える必要のあるときはどのような身体の状態なのか、出来るだけ簡単にお話したいと思います。

①「DWを下げます」と言われたら：実は、痩せたようです。余分な水分がたまっています。食欲が無くて食事量が減っていませんか？血圧は高くないですか？レントゲンや心臓のエコー検査で「心臓が大きくなっている、水がたまっている」と言われませんでしたか？むくみがありませんか？全部に当てはまらなくても、DWを下げて余分な水分を抜かないと、常に心臓に負担がかかった状態になっています。

②「DWを上げます」と言われたら：体調良好で食欲旺盛、ちよっとお肉がついたようです。むくみもないようです。元気な証拠なのですが、DWを上げないと、血圧が下がってフラフラしたり、透析中に血圧が下がりすぎて十分な透析ができなくこともあります。シャント血管が詰まりやすくなったりすることもあります。DWを上げてもらいましょう。

③「DWを下げると、十分に食事を食べられなくなる、制限がきびしくなる」と誤解していませんか？除水量（透析で1回に抜く水分量）はDWからどれだけ増えたかが問題で、前回の透析でDWまで除水できていれば、食べる量をことさらに減らす必要はありません！

④次の透析までの体重増加量は、DWの3～5%以下に保ちましょう。標準体重が50kgの方なら、体重増加は1.5から2.5kgまでが適正、ということです。たとえDWが適切でも、体重増加が多ければ透析除水が「きつく」感じてしまいます。体重の増加量が透析除水量です。DWが除水量でないことを覚えておいてください。（K）

