

透析低血圧について

透析中や透析終了後に気分が悪くなったり、ふらついたり、場合によっては嘔吐、意識がなくなったりしたことはないでしょうか？
今回はそんな透析低血圧の原因と予防についてお話します。

透析低血圧には、

ショックタイプ… 急激にショック症状を呈するもの

ふらつきタイプ… 透析時間の経過とともに徐々に血圧が下がり、ふらつきや眩暈など軽い症状を呈するものの二つに分けられます。

ショックタイプは、塩分の過剰摂取に伴う水分貯留が多い日等で、透析中に除水を多くしなければならぬ場合によく起こります。

ふらつきタイプもショックタイプも、その原因は塩分、水分過剰が多くを占めますが、栄養不良などで低アルブミン血症になっていたたり、ドライウェイトが低すぎたり、心疾患や貧血があったり、降圧薬の量が多かったりなどでも血圧は不安定で低下し易くなります。

予防は塩分を控えることです。塩分を摂ると自動的に体が水分を欲し、水を飲んだり体が水を溜め込めたりすることになります。これは塩分で血液の浸透圧が上がると、水で薄めて一定になるように脳が機能しているからです。また食事を工夫することで栄養状態を改善したり、貧血を改善したり、ドライウェイトや降圧薬の量を検討したり、昇圧薬を使用したりすることでも予防になります。

分からないことがあれば、お気軽に医師、透析スタッフに聞いて下さい。



看護師 金川麻子

オンライン HDF について

京都武田病院透析センターにて、8月7日(火)から、オンライン HDF を開始しました。

HDF(血液濾過透析)とは？

HDF には、オフライン HDF とオンライン HDF という方法があります。オフライン HDF は補液バックに入った薬剤を補液として使用するので濾過するために足される補液量は少なくなります。オンライン HDF は透析液をそのまま補液として使用するため、濾過するために足される補液量が多くなります。そのためオンライン HDF のほうがより多くの濾過をかけることができ、より多くの老廃物を取り除くことができるのです。

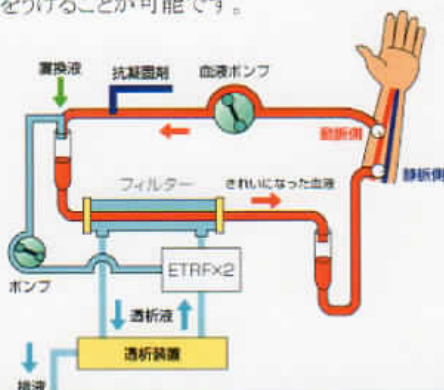
オンライン HDF のメリット

長期間透析を続けている患者さんの体内には「β2-ミクログロブリン」という物質が溜まり、アミロイドを形成して、骨や関節などに沈着し神経を圧迫します。オンライン HDF の最大のメリットは「β2-ミクログロブリン」を効率よく除去するため、透析アミロイド症の予防にすぐれています。他にも皮膚掻痒症・不眠・restless legs 症候群(安静時に下肢がイライラする症状)などに有効であるといわれています。

透析液の清浄化について

オンライン HDF を行うためには、透析液を補液として使用するために清浄化が必須となります。当院では透析液の清浄化を行うために、RO タンク(透析用の水を作る装置)、A 原液タンクの洗浄・消毒や透析用装置のメンテナンス等を定期的に行っています。

当院で毎月行っている水質検査で、透析液はウルトラピュア(エンドトキシンも細菌も全くない透析液のこと)を維持しているため、安心してオンライン HDF をうけることが可能です。



臨床工学技士 金川 克也

塩分と水分について

「水分多いから減らしましょう。」と言われた時、みなさんはどのようにして気をつけられていますか？一般的に『水分＝飲み物』というイメージの方が多くではないかと思えます。しかし水分が多くなってしまふ原因として塩分が大きく関わっています。塩分が多くなると体は水分を貯え塩分濃度を薄めようとする為です。食事の味付けは薄味を心がける事が水分コントロールに繋がります。ただし要注意なのが「口当たりがあっさりしているから薄味ではない!!」ということです。京都の味付けはあっさりしていて塩分が多くは感じ難いですが、実はとても塩分を使っていたりします。(例えば、だし巻き、もずくなど。)香辛料や香りの食材(三つ葉や大葉など)を利用して薄味で美味しい食事を楽しんで下さい。

おすすめレシピ【かぼちゃサラダ】

材料
カボチャ 80g
さらし玉葱 10g
レタス 10g
マヨネーズ 15g
辛子 適量
コショウ 適量



作り方

- ① 湯がいたカボチャを潰し粗熱をとる。
- ② その他の食材を入れる。

ポイント

- ・さらし玉葱はザルで水分を切るだけでなく、ペーパーなどで水分をとると更に良い。
- ・カボチャを湯がくのが大変であれば、細かく切って深めの皿に入れラップをして爪楊枝で数箇所穴をあけて、電子レンジで5～8分の加熱で軟らかくなります。ただし湯がいたわけではないので、カリウムが少し多くなります。
- ・カボチャは夏から秋にかけて旬になるので今回紹介しましたが、カボチャや芋類はカリウムが多く、また調理でも抜け難いので食べる量・頻度に気をつけましょう。

エネルギー量:185kcal タンパク量:1.7g 塩分:0.3g 食物繊維:3.6g
リン:43mg 水分:82g
カリウム(カボチャ湯がいた場合):376mg
(カボチャ電子レンジの場合):392mg

病態栄養科 田中 博榮