

これからの季節、 暑くて水分をたくさん取りがちです。 なぜ水分コントロールが必要なのか お話していきましょう！

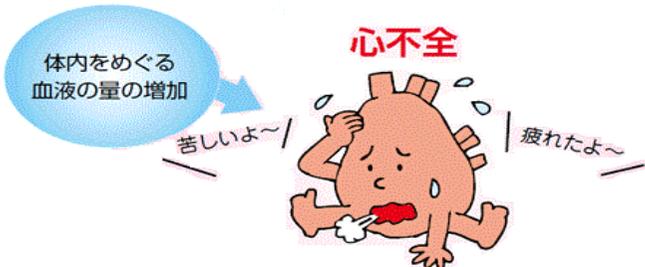
1.なぜ水分管理が大切なの？

透析間の体重増加が多く、透析のたびにドライウエイト(基準となる体重)までしっかり除水できないと、過剰な水分を体内に残してしまうことになり心臓への負担が増します。



2.心臓へどういう負担がかかるの？

体内に余分な水分が多く存在すると、体の隅々まで血液を送るために心臓に余分な負担をかけることとなります。この負担が過度に大きくなり破綻した状態を「心不全」と言います。加えて、薄まった血液には栄養分や酸素が十分に存在せず、必要な栄養分や酸素を送るためには、いつもより多く心臓が動かなければなりません。



3.「心不全」ではどういう症状がでるの？

主な症状は、起坐呼吸(夜中に息苦しくて起き上がり、座った姿勢でゼーゼー、ヒューヒューと苦しい呼吸をします。仰向けの姿勢では苦しくて寝てられません)・呼吸困難・浮腫(下肢のむくみ)・高血圧などです。



4.どうすればいいの？

「水分管理＝体重管理」となります。中2日でドライウエイトの5%、中1日でドライウエイトの3%程度に抑えることが理想です。また、塩分摂取に気を付けることも、体重管理にとっては重要です。心臓の悪い方はさらに厳格な管理が望まれます。



※ここまでの話はほんの基礎的な話ですので、詳しく知りたい方は神山技士長・川津・齋藤までお声をかけてください。

ご挨拶 非常勤医師 花園豊(自治医科大学再生医学)

本年4月から大野内科医院で非常勤医師として勤務させていただいている花園です。自治医科大学の再生医学研究部というところに所属しています。iPS細胞やゲノム編集技術をつかって病気を治そうと一生懸命研究しています。私は内科医で血液が専門です。腎臓と血液はあまり関係がないかと思われるかもしれませんが、魚では腎臓で血液が作られているのです。動物が海から陸に上がって、血液は腎臓ではなくて骨髄で作られるようになりました。エリスロポエチンが腎臓から分泌されるのはその名残です。毎週金曜日にまいります。ご期待に添えるようがんばります。どうぞよろしくお願いします。