



たんぽぽだより



R5. 6月 No. 31

上田透析クリニック

梅雨明けが待ち遠しい今日この頃、みなさまいかがお過ごしでしょうか？今年も、例年よりも早く梅雨入りし、蒸し暑い日々が続いていますね。朝や夕方は冷え込みますので体調管理に気を付けて下さいね。

さて、新年度が始まって二か月が経過しました。新しく通院されている患者さんも増えてきましたので、前回の体重管理に引き続き、透析前の除水計算（記録用紙の見方）について考えてみましょう。

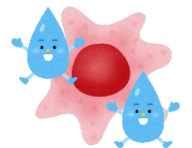


今回のテーマ 「記録用紙を活用して除水計算をしてみよう！」

“記録用紙の説明前に、「除水とは何か」についておさらいしましょう。”



みなさんは、一日おきに通院して透析治療を行っていますね。その治療のひとつとして、除水（体に溜まった余分な水分を取り除く）があります。透析患者さんは排尿がなくなり、体内に水分が溜まってしまいます。その水分はどこに溜まるかというと、血管内にそして細胞内に溜まります。透析で除水するという事は、血管内の水分を取り除くため、除水がすすむにつれ、一時的に血管内が脱水の状態となります。この脱水の状態を改善するため細胞内から血管内に水分が流れ込み、バランスをとることでスムーズに除水ができます。このバランスが崩れると急激に血圧低下などを起こし除水が困難になることで、余分な水分の「引き残り」「引きすぎ」の原因となります。



“透析の記録用紙（カルテ）を見ると除水計算がやりやすくなります”

除水計画を立てるために必要になるものは、みなさんが透析室に入って前体重（透析前の体重）を記入している透析記録用紙になります。

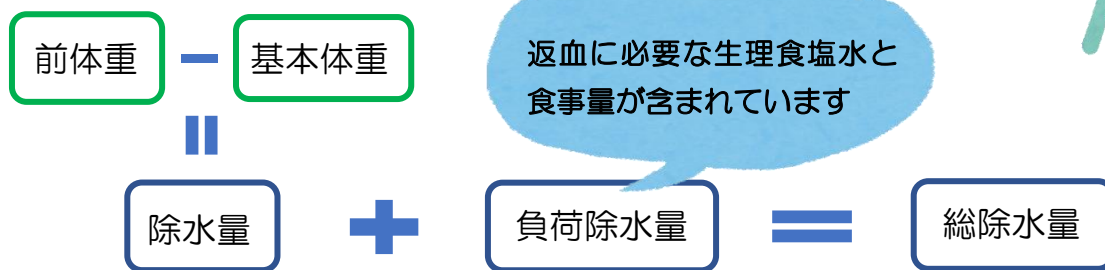
ベッドサイドテーブルに置いてありますが、みなさんご覧になったことはありますか？下の図は、記録用紙の上部の図になります。除水計算に必要な項目は、用紙の上部にまとまっています。



氏名:		患者ID:		2023年 月 日 (第 回)	
透析開始 (AM, PM)	時 分	終了	時 分	(時間 分)	
浄化方法	機種	<input type="checkbox"/> 透析液	透析液流量 ml/min		
前体重	kg + -	kg	目標体重	-	kg
(前回体重)	kg) DW	kg	除水量	負荷除水量	総除水量
後体重	kg + -	kg	ℓ +	ℓ =	ℓ / h L/h
時間				時間	BP P
39°	250				

記録用紙には、オレンジ色の○で囲った項目、“前体重”“後体重”“前回体重”“DW”
“目標体重”“除水量”“負荷除水量”“総除水量”と、除水に関わる項目が沢山書かれて
いますね。少々項目が多いので悩みますが、除水量を求める計算をするために必要なもの
は、“除水量”“負荷除水量”“総除水量”の3項目になります。

ポイント “除水量の計算方法とは？”



前体重から基本体重を引いたものが、身体に残っている水分量となり、基本的な除水量になります。しかし、負荷除水量の分が含まれるため全体の除水量（総除水量）は多めになってしまうので注意が必要です。負荷除水量は、ほぼ固定の除水量となります。（個人差があります・・・）

総除水量が多いと、透析後半に血圧低下やケイレンになるリスクが高くなりますので、無理をしない範囲で除水量を設定することも大事ですね。体重が増えすぎてしまった場合は、一週間を通して除水していく気持ちでいきましょう。



前回のたんぽぽだよりもありませんが・・・

透析間の体重増加量は、透析日と透析日の間が中1日で基本体重の3%以内・中2日で5%以内が理想です。

例えば、基本体重が50kgの場合・・・中1日で51.5kg（+1.5kg）まで増加OK！
中2日で52.5kg（+2.5kg）までOK！

除水量の計算はスタッフがやってくれるから心配ない？

除水量の計算をご自身でもやっていただくと、透析日の間の体重増加や、限界の除水量に気づきやすくなります。また、体重増加が多くなってしまった場合も、次回は調整しようとしてご自身との会話ができて、より体重増加に対して敏感になれます。

スタッフ任せではなく、その日の穿刺担当スタッフと話し合って、より良い透析治療が受けられるようにしてみてくださいね。ご家族の皆さんも、患者さんの体重のことや除水量のことに興味を持ってみてくださいね。



早いもので、今年も残すところ半年となりました。
早い入梅になり、これから暑い日々が続くと思いますが、
体調管理に気を付けて元気に乗り切っていきましょう！

