

# みどりの風

NO.82

1月末の会員数 77名 / 130名

発行・編集責任(緑風会会長 大矢正明)

## シリーズ1 ～ 透析生活の知恵 ～

Q-体重増加が多いと透析中どんなことが起こりますか？

またどれくらいの体重増加ならよいのですか

A-体重増加が多いと時間当たりの除水量が多く、透析中血圧低下や筋のケイレン頭痛、嘔吐などが出現し、十分な透析ができず、引き残しの原因になります。  
楽な透析のためには **1時間当たりの除水量が1000mL(1kg)以下**になるように体重増加を抑えましょう。(メデिका出版「透析生活を支えるQ&A」より)

### 大矢からの Opinion&Advice

透析医学会のからの指導では1日空けの体重増加はドライウエイトの3%、2日空けの体重はドライウエイトの5%の増加と指導されていると思います。しかしこの基準を守るのは経験上非常に難しいので、私の場合1日空けの場合多くても2.9kg以下、2日明けの場合多くても3.5kg以下にしている。**私は1時間当たりの除水量は、以前から0.7kgを超えないよう努めている。**例えば、3.5kg増やしてきても5時間透析ですから時間当たり0.7kgになります。なぜこのようにしているかという**心臓に負担をかけないから**です。

もし4時間透析の場合、例えば体重増加が6kgだとすると、1時間当たりの除水量が1.5kgになります。これは明らかに心臓に負担がかかり命を縮めることになると思います。5時間の透析はとても無理、標準の4時間で精一杯の患者さんが多いと思いますが、であれば、**体重増加はドライウエイトの3%、多くても5%以下**になるよう努力しましょう。

例えば、透析前体重40kgの人は2kg以内、透析前体重60kgの人は3kg以内が理想ということになります。頑張りましょう！生命予後のために。

多くの患者のみなさん、スタッフのみなさん

ご協力ありがとうございました

感謝

国会請願署名 透析関係 448筆(令和6年度422筆)

難病関係 459筆(令和6年度409筆)

募金(個人)合計額 110,000円

(岐腎協へ7万7千円、緑風会へ3万3千円)

責任もって全腎協(岐腎協)へ納めさせていただきます

