



四季の風

透析あれこれ

平成27年第1号

透析終了時、抜針に訪れた看護師に『今日は注射が2つですね』など声を掛けられることがあると思います。『どのような注射が行なわれているのかな?』と思ったことがある患者さまもいらっしゃるのではないのでしょうか?

簡単ではありますが、当院で行われる主な静脈注射を案内したいと思います

薬剤名	効果・効能	備考
フェジン	鉄欠乏性貧血（体内の鉄が不足して起こる貧血）	
エポジン	腎性貧血（腎臓の機能が低下すると血を作る働きを促進するエリスロポエチンというホルモンの分泌が減少して起こる貧血）	週3回まで使用
ネスブ		週1回使用
ミルセラ		月1回使用
エルカルチンFF	カルニチン欠乏症 	主に透析患者さまでは、足つり（筋痙攣）、筋肉痛、貧血や心機能低下の合併症などがカルニチン欠乏に当たります。
ノイトロピン	腰痛症・頸肩腕症候群・症候神経症 皮膚疾患（湿疹・皮膚炎・蕁麻疹）に伴う掻痒・アレルギー性鼻炎	
ヒシファーゲンC	湿疹・皮膚炎・蕁麻疹・皮膚掻痒症・薬疹・中毒疹 慢性肝疾患における肝機能異常の改善	
ロカルトロール	二次性副甲状腺機能亢進症治療剤	活性ビタミンD3製剤
オキサロール	二次性副甲状腺機能亢進症治療剤	活性型ビタミンD3誘導体

※ 採血は毎月2～3回行い、医師の指示のもと静脈注射は行います。

・静脈注射のビタミンD製剤とは

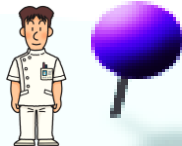
腎不全では、食事で摂取したリンが尿中に排泄されないため血中のリンは高くなり（高リン血症）、腎臓でビタミンDが活性化されないため、腸管からのカルシウム吸収低下がおこりカルシウムは低くなります。（低カルシウム血症）。このような病態は副甲状腺ホルモン（PTH）の分泌を亢進させ、骨からカルシウムを遊離させて血中のカルシウムを補おうと働き、骨粗鬆症を引き起こします。透析患者さまでは、食事療法に加え、薬物療法による治療でカルシウムとリンのコントロールをすることでPTHの分泌を抑制し、二次性副甲状腺機能亢進症における合併症の悪化を防ぎます。投与量は検査データの変動をみながら医師が調整します。

・オキサロールとロカルトロールの違いは？

維持透析下の二次性副甲状腺機能亢進症に効きます。オキサロールでは、ロカルトロールより血清カルシウム濃度が上昇しないとされています。IntactPTH（副甲状腺ホルモン）がロカルトロールでコントロールできなくなると、オキサロールに変更して、経過観察します。

※ IntactPTHは60~240pg/mlが管理目標値となっています。

理学療法士から



現在、透析患者さまに対しても積極的に運動を進めるようになってきました。透析患者さまの場合も、筋肉量が多いと予後は良い（元気で長生き）ということがわかっています。

自主的に運動をしたいなと思っていても時間的な制限や倦怠感によりなかなか運動ができていないのが現状ではないでしょうか。透析中に寝ていないといけないという理論はありません。欧米では透析中、ベッドではなく椅子に腰かけるのが普通だそうです。また、透析時間は平均4時間で行われますが、それでも透析量は足りないそうです。

そこで、透析中を利用し運動することで筋肉量を増やし透析効率を改善することをめざします。透析中の運動は継続しやすくスタッフの監視下で安全な運動が可能です。

運動療法の効果

- ・持久力の改善、心臓の動きの向上、栄養低下の改善、貧血の改善、透析効果の改善。

透析中運動の実際

- ・透析中の運動の流れは透析開始後30分から開始しストレッチなどの準備運動、軽い筋力増強運動、自転車漕ぎ、ストレッチという流れで実施しています。

運動は続けると必ず効果があらわれ、やめると元に戻ります。できることから始め、楽しく続けられる運動を見つけましょう。いつでも自分の足で元気よく。

でかけてみませんか

天気もいいので「何処かへでかけようか」と言うことで行ってきました「知林ヶ島」

周囲約3km、面積約60haの無人島。

3月から10月にかけて大潮、中潮の干潮時には長さ約800mの砂州が出現します。その時は、すごい賑わいで、いつの間にかりっぱな観光名所化してました。

早春休暇村指宿の南側にある公園にはルーピンの花も咲き誇ります。花言葉は「どん欲」「いつも幸せ」

いつものお散歩コースをちょっとだけ変えて初夏の風を感じてみませんか。

- ・遠近法を使ったハートのオブジェです。



6月上旬の砂州出現予測時間

日	曜	潮	出現時刻	出現時間	渡島の適否	日	曜	潮	出現時刻	出現時間	渡島の適否
1	月	大	10:25~14:25	4:00	◎	8	月	小	15:30~19:00	3:30	◎
2	火	大	10:50~15:10	4:20	◎	9	火	小	-	-	×
3	水	大	11:20~15:55	4:35	◎	10	水	小	-	-	×
4	木	中	11:55~16:35	4:40	◎	11	木	長	-	-	×
5	金	中	12:40~17:15	4:35	◎	12	金	若	8:35~10:55	2:20	◎
6	土	中	13:30~17:55	4:25	◎	13	土	中	9:05~12:25	3:20	◎
7	日	中	14:25~18:30	4:05	◎	14	日	中	9:30~13:35	4:05	◎