



## 透析だより 9月号 ～ドライウエイトについて～



### ★ドライウエイトって？

#### 透析患者さんの適正な水分量時の体重の事です！

透析をうける患者さんは尿が出ない状態の方が多く、摂取した水分は体にたまり続け、その分体重が増加します。透析をうけると体にたまった余分な水分を除くので、その分体重が減りますが、水分の除去が過剰になっても不足してもいけません。体の中の水分が適正な状態をドライウエイト（DW）といい、この体重を基本にして透析で水分などを除去します。

### ★適正なドライウエイトと設定するために、何を気にしているか…

- ☆透析中に血圧が安定している！
- ☆心胸比が男性50%以下、女性55%以下！
- ☆むくみがない！
- ☆胸水がない！

上記の内容を医療者は気にしてドライウエイトを設定しています。

#### 1) 血圧について

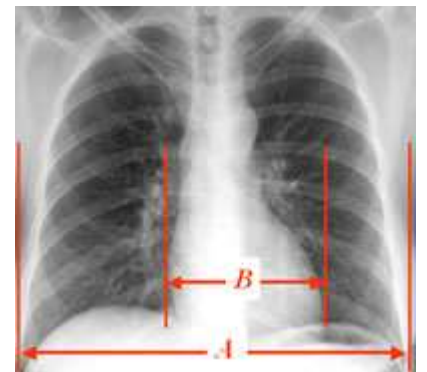
- ・透析中に著明な血圧低下がない
- ・透析終了時の血圧は開始時血圧より高くない

#### 2) 心胸比について

胸部のレントゲン撮影から計算します。

胸郭の幅に対して心臓の幅がどれくらいを占めているかをパーセント（%）で表したものです。

$A \div B \times 100 = \text{心胸比}$  心胸比が基準以上の場合、余分な水分がたまっていると考えられます。心胸比の基準は個人差がありますが、男性50%以下、女性55%以下です。



### 3) 腹水・胸水について

患者さん本人の症状で浮腫（足、顔のむくみ）、呼吸苦（肺血管に水がたまっている肺水腫）がない体重が一番の適正と考えております。体重増加を抑えるためには塩分、水分の制限は必要です。毎回体重増加が多くて無理して除水を繰り返していると心臓に過度の負担がかかり、そのうち元気に透析が出来なくなってしまいます。

透析の間の体重の変動は、中1日で体重の3%以内、中2日で体重の5%以内にするのが大切です。

ドライウエイトの変更・設定は、患者さん自身の納得がないと守れません！医師とよく相談して変更内容を理解して、ドライウエイトを守って、理想的な透析治療にしたいですね。

## ～食欲の秋、しかし食べすぎに注意してください～



リンも増えてますよ！！

泌尿器科 部長 西田 剛

気候も涼しくなり、水分補給の心配も少なくなってきた頃だと思います。

しかし、食欲の秋こそ様々な注意が必要となってきます。食欲も上がりつい食べ過ぎてしまう事は無いですか？摂取カロリーが増えてくると、体重(DW：ドライウエイト)も増加傾向になります。もちろん透析療法をうけている患者さんは、摂取カロリーが健康であることに大いに寄与しておりますので、十分なカロリー摂取は必要なことです。

しかし、カロリーが増加すれば必然的に栄養素の過剰摂取が問題となります。特にリンについて注意が必要です。回診の度に、注意をされ“うるさい”と思われる方もいるかと思われそうですが、リンの数値が今後の命に密接に係わると知ればそうはいかなくなります。

透析期に至ると異所性石灰化が問題になってきます。この石灰化に最も関与しているのが“リン”なのです。心臓の血管などに石灰沈着する事を想像してみると・・・！！私ども積極的に関与してまいりますので、皆様も気を付けてください。

