



# 透析だより 10月号

## ～貧血について～

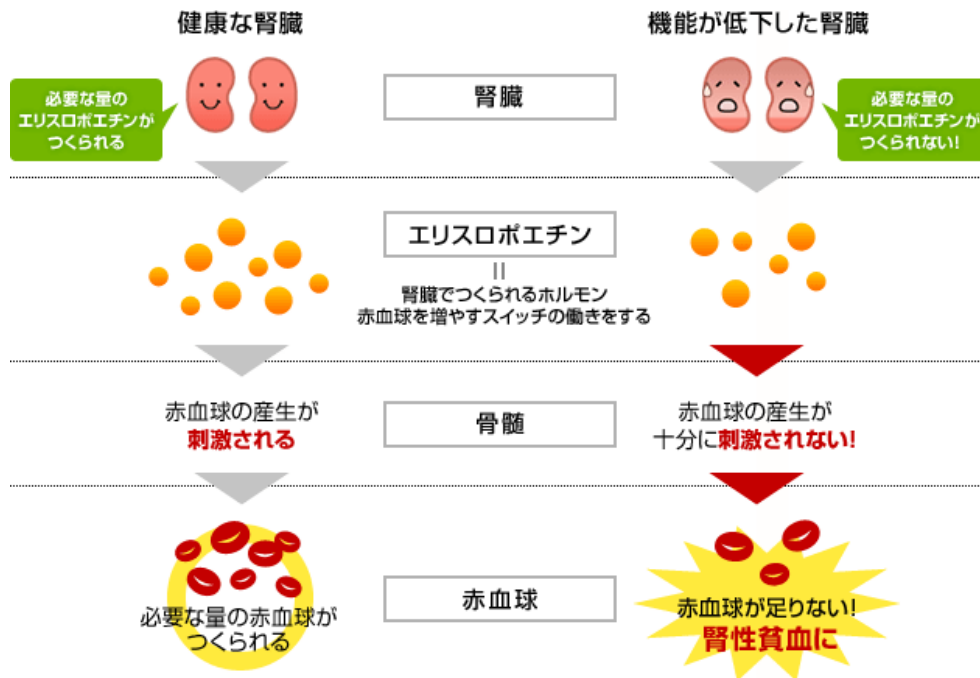


### ★そもそも貧血とは？

**貧血は、血液中の赤血球が基準値よりも減少した状態です。**

### ★腎臓が悪くなるとなぜ貧血になりやすいの？

腎臓は様々なホルモンを分泌しています。その1つに赤血球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があります。腎臓が悪くなることにより、エリスロポエチンの分泌が悪くなり赤血球を作る能力が低下することにより『貧血』になります。このようにして起こる貧血を『**腎性貧血**』と言います。



### ★どんな症状があるの？

赤血球は、酸素を全身に運ぶ働きがあります。貧血になると **動悸・息切れ・めまい** といった症状が現れます。また貧血状態では、全身が酸素不足となるためこれをカバーしようと心臓にも負担がかかってしまいます。

しかし、貧血は徐々に進行するため症状に気づかないケースもあるため注意が必要です！！

### ★診断は？

定期血液検査（当腎センターでは、月2回）の検査項目の1つであるヘモグロビン値から知ることができ、基準値は10～12g/dlとなっています。

しかし、貧血には鉄分が不足する『鉄欠乏性貧血』もあるためヘモグロビン値がすべてというわけではありません。

## ★どんな治療をするの？

### 1. 薬物療法

腎性貧血の治療には、エリスロポエチンの分泌不足を補うために赤血球造血刺激因子製剤（ESA）の投与があります。

当腎センターでは『**ネスプ**』という薬を使用しています。投与量はヘモグロビン値を見ながら行っています。

また、赤血球を作る材料になる鉄を補うため鉄剤を合わせてしようすることもあります。

『**フェジン**』という薬を使用しています。どちらの薬も透析終了時に、透析回路から使用しています。疑問に思うことがあれば聞いてください。



### 2. 食事療法

貧血にはレバーなどの肉類、魚類、大豆類の鉄分やたんぱく質の多い食物の摂取が効果的です。しかし、たんぱく質の多い食べ物にはリンやカリウムが多く含まれており調理に工夫する必要があります。また、1度に多く摂取しても体内に溜め込んで置けるものではないため食べ過ぎに注意し、毎日適量を摂取する必要があります。

具体的な調理方法などは、栄養士さんにも相談してみてください。



## ～貧血の治療は臓器保護につながる！～

泌尿器科 部長 西田 剛

血液の中には赤血球という細胞が含まれているのは、御存知かと思います。その赤血球の働きとして、酸素を各組織に運搬するという働きがあるのですが、濃度が低いと必要な酸素が、不足する状態となります。貧血とはその赤血球の濃度(Hb：ヘモグロビン)が低下する事です。

しかし、軽度の貧血であれば、心拍出量(心臓から出る血液の量)の増加によって代償が可能なのですが、症状が進行すると心筋に負荷がかかることが知られています。また、最近では脳の機能や保存期(透析導入前)の腎機能などに影響を与えるという報告もあります。

では、目標の値はいくらなのでしょう？当院では、Hb濃度が10g/dlを切らないように設定しております。貧血に対しては、ESA(赤血球造血刺激因子製剤)や鉄剤の投与などで対応しておりますが、患者様の状態によっては輸血療法を選択せざる得ない場合もあります。

