

シャント肢のスキンケアについて

患者さんの中に透析をはじめてシャントの腕が乾燥したり、時には“皮膚かぶれ”を起こす方がおられます。

皮膚の乾燥の原因としては、加齢、透析の除水、毎回の消毒やテープを貼り・剥がし などにより皮膚の油分を取り去ってしまうことが挙げられます。皮膚の乾燥は痒みを引き起こし、外部の刺激に対し皮膚を敏感にさせます。

皮膚が炎症を起こすと、痒み、赤み、腫れ、湿疹などの症状として現れ、“皮膚かぶれ”の状態になります。

“皮膚かぶれ”を起こすと、透析の針を刺す場所が限られたり、ひどい場合は膿んだりシャント感染につながることもあります。

そもそも皮膚（表皮）の役割は細菌・ウイルスなどの異物が体内に侵入するのを防ぎ、表皮の内側にある筋肉、神経、血管を外傷から守る働きもしています。



健康な皮膚を保つためには、透析後や入浴後に保湿剤を塗って乾燥や痒みを防ぐこと。痒みが強い時や、皮膚がかぶれてしまった時は、すぐに治療を行うことが大切です。

「ちょっと皮膚がおかしいかな？」と思った時は、透析スタッフに相談したり、専門医に診てもらいましょう。

看護師 杉村 真美

透析低血圧を防ぐ薬剤について

透析低血圧を防ぐためにしばしば投与される薬剤に、塩酸ミドドリン（メトリジン）、メチル硫酸アメジニウム（リズミック、アコミック、ダイアリード）、ドロキシドパ（ドプス）があります。それぞれの薬剤は、服用後、効果が現れるまでの時間、作用の持続時間がそれぞれ異なります。それぞれの薬剤は、これらの違いを考慮して使い分けています。

1. 塩酸ミドドリン（メトリジン）

塩酸ミドドリン（メトリジン）は、腸から速やかに吸収され、効果は2～3時間持続します。したがって、塩酸ミドドリンは、透析開始～1時間を目安に服用し、必要に応じて透析中に追加投与します。

2. メチル硫酸アメジニウム（リズミック、アコミック、ダイアリード）

メチル硫酸アメジニウム（リズミック、アコミック、ダイアリード）では、**最大の効果**がでるのは服用2～3時間後です。したがって、メチル硫酸アメジニウムは透析開始を目安に服用します。これにより、透析中、昇圧効果が持続します。

3. ドロキシドパ（ドプス）

ドロキシドパ（ドプス）は、腸からの吸収が遅く、**最大の効果**がでるのには服用からおおよそ6時間が必要です。ドロキシドパ（ドプス）の効果の持続は長く、服用してから24時間後であっても、まだ昇圧効果が認められます。そこで、ドロキシドパ（ドプス）は、とくに非透析にも血圧が低い患者に適しています。

なお、透析中に血圧が著しく低下する場合には、昇圧剤を投与する前に、ドライウエイトは適切か、あるいは前夜に効果の持続が長い降圧剤を服用していないかなど、透析低血圧の原因を調べることが必要です。このように、京都武田病院透析センターでも薬効時間や低血圧の状況を把握しながら昇圧剤を服用して貰っています。もし今、服用したお薬がどれなのか疑問・質問等があれば、気軽にスタッフに聞いてみて下さい。



臨床工学技士 和田力

食事に含まれるリンについて

血中のリン値が高いと血管の石灰化が促進され、心血管系合併症と密接に関連しており、リン値が高いと生命予後が不良であると報告されています。よって食事でのリン制限がとても大切になります。

たんぱく質を多く含む食品にはリンも比例して多く含む傾向があります。リンを多く含む食品として、骨ごと食べる魚、レバー、たらこ・数の子、乳・乳製品などは極端にリンを多く含んでいますので控えたり、食べられる時には摂取量に気をつけましょう。

【リンを抑えたオススメ献立（1人分）】 豆腐ハンバーグ

■材料■

豆腐：50g（約1/8丁）、鶏ミンチ：30g
筍：10g、白葱：10g、しょうが：5g
片栗粉 6g

濃口醤油：2g、砂糖：2g、胡椒：適量
大根おろし：50g、味ポン：5g（小さじ1）



■作り方■

- ① 豆腐は水切りしておく。（キッチンシートに包んで1分間電子レンジで加熱だと早く出来ます）
- ② 筍、白葱をみじん切り、生姜をすりおろす。
- ③ ①と②を混ぜ、鶏ミンチ、片栗粉、濃口醤油、砂糖、胡椒と混ぜる。
- ④ フライパンで焼き、大葉、大根おろし、味ポンを盛り付ける。

■ポイント■

- ① 合ミンチよりリン含有量の低い鶏ミンチをしよう。また鶏ミンチは合ミンチに比べ加熱した際に見た目の量が減らないので見た目での満足感も得られやすいようにしました。
- ② ハンバーグには“つなぎ”として卵を使用することが一般的ですが、卵もリンを多く含むので使用せず、代わりに片栗粉を使用しています。

エネルギー量：133kcal たんぱく質：10.7g リン：105mg
カリウム：321mg 塩分：0.9g

病態栄養科 田中 博栄