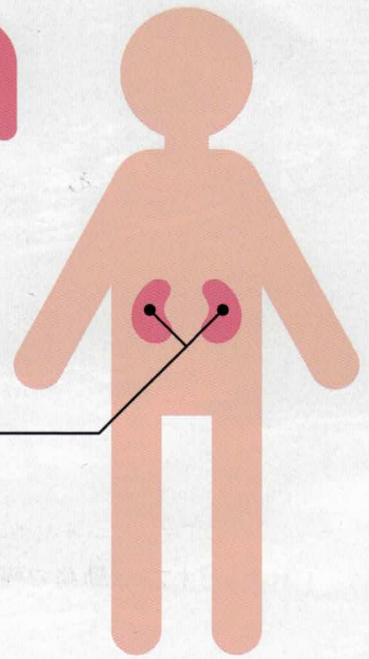


臓器のはなし



今月は 腎臓(後編)

糖尿病を管理して 人工透析を回避しよう

血液透析は 心臓への負担も大きい

腎臓のおもな働きは、尿をつくり、体に溜まった余分な水分や老廃物を尿として体の外に出すこと。糖尿病などで機能が著しく低下すれば、生命の危険も。そこで腎臓の代役を担うのが人工透析です。

筋肉に含まれているタンパク質の老廃物、クレアチニン。腎臓の機能が低下すると血液中にクレアチニンが溜まり、数値が高くなります。正常値は1mg/dl前後。たとえば糖尿病の患者さんが5〜6mg/dlまで上がると、透析が検討されるでしょう。

人工透析は大きく分けると、「血液透析」と「腹膜透析」の2種類。血液透析は、血液を機械に通すことで血液中の老廃物や不要な水分を取り除き、きれいにする一般的な方法です。週3回、1回の治療時間が約4時間。昼間に仕事をされている方なら夕方から病院へ通い、治療の間に夕食を食べることもできます。

血糖値を上昇させず 腎不全を予防

ただし、大量の血液を体外へ抜き出して短時間で戻すのは、心臓をはじめ身体にとっても大変な負担です。

腹膜透析は、患者さんの腹膜(胃や腸などの内臓を覆う薄い膜)を利用する方法。病院に通わず、在宅で行うことも可能。ですから、自宅で夜、睡眠中に治療ができるなど、通

は大きなメリット。血液透析に比べて長時間かけてゆっくり行い、血液を体外へ抜かないので心臓にも優しい方法です。とはいえ、おなかに穴を開けて管を通すわけですから、衛生管理できる環境が必要です。

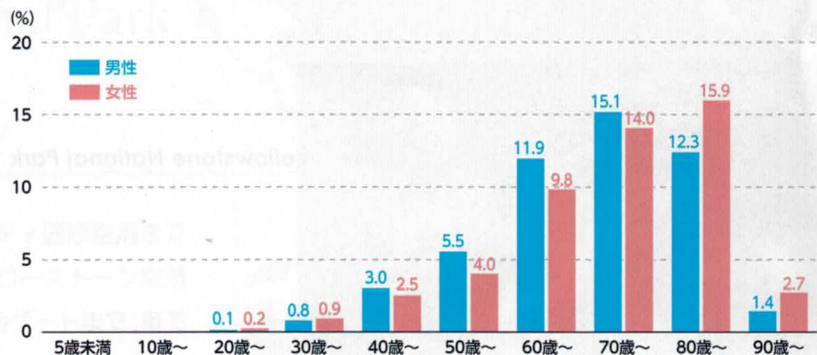
腎臓内科など透析導入を担当する医師が、患者さんの生活環境などを含めて判断し血液透析、腹膜透析どちらかをすすめるでしょう。

ただし、腎臓が十分に働かなくなつた状態(腎不全/慢性腎臓病)そのものを人工透析では治せません。透析治療を一生続けていく必要があります(※治すには、腎臓移植です)。

人工透析の一番の原因である糖尿病の人は、血糖値や体重を正常に近づけるべく摂生コントロールしましょう。ちなみに、約1〜2か月の平均血糖値が分かるHbA1cの値が6%台を保てれば、腎症(腎不全)などの糖尿病の3大合併症のリスクが軽減できるといわれています。

また30〜40代で糖尿病を患つた人は、最初の治療が重要です。それが老年期に透析を受けずにすむ重要なポイントになるといえるのが、文字

人工透析導入者の年齢と性別



出所：日本透析医学会(2019年)

監修

浅海 直
あまみ すなお
医療法人社団
平成医会 産業医



1993年千葉大学医学部卒。2007年12月まで松戸市立福祉医療センター東松戸病院(内科部長)。2008年1月より板橋区役所健康課に勤務。専門分野は糖尿病、脂質異常症、甲状腺疾患等の代謝・内分泌疾患および老年医学。