

ちょうじかんとうせき 長時間透析

ちょうじかんとうせき 長時間透析って何？

長時間透析とは血液透析の一種です。一般的な血液透析は1回あたり4時間前後、週に3回程度の治療を行います。長時間透析は1回あたり6時間から8時間、週に3回（必要に応じて週に4回）の透析を行います。血液透析は辛いイメージがあるかもしれませんが、長時間の透析を受けると様々な良いことがあります。例えば、新たに血液透析を始めた患者さんを対象に、一般的な4時間の透析を行った場合と、食事制限をしない長時間透析を行った場合を比較したとき、長時間透析の患者さんの方が長生きであったことが論文で報告されています。



一般的な血液透析と長時間透析の違い

	一般的な血液透析	長時間透析	説明
時間	4時間	6～8時間	透析時間が長いとしっかり体内の毒素を除去することができます。
回数	週3回	週3～4回	透析回数が多いと、体に負担をかけにくい血液透析を行うことができます。
食事制限	厳しい	ほぼ無し	長時間透析では大幅に食事制限が緩和されます。全く制限しない場合もあります。
血圧管理	難しい	安定しやすい	長時間透析では高血圧が改善しやすく、透析中の血圧も安定しやすいです。
処方	多い	少ない	長時間透析では飲み薬の量を減らせることが多いです。

透析時間

6～8時間の透析は長いですが、過ごし方は様々です。透析でじっくりと体の毒素を除去している間、テレビを見たり昼寝したり、ゆっくり読書したりされる方が多いです。中にはパソコンで仕事をする方や、編み物や塗り絵を楽しむ方もいらっしゃいます。

透析回数

週3回の透析で体調が安定しない患者さんに週4回の透析を実施すると、驚くほど体調が良くなる場合があります。また週3回の時よりも透析後の疲れが少ないと感じる患者さんもいらっしゃいます。透析回数はご希望も伺いつつ、医師と相談で決めることが多いです。

食事制限

一般的な血液透析では塩分、水、蛋白質、果物、野菜の制限を患者さんとご家族で行って頂く必要があります。しかし結果的に栄養状態が悪化し、体調不良を起こす方もいらっしゃいます。

これに対し、長時間透析では厳しい飲水制限や食事制限は不要となることが多いです。痩せないためにしっかり食べて、元気で抵抗力のある体作りを目指します。透析患者さんにもご家族と同じ食事を摂って頂きますので、食事の楽しみが増え、お食事の準備に関する苦労も軽減されます。



* 長時間透析を始めてからも、ご希望に沿って4時間の透析に戻すことは容易ですので、まずは気楽にご検討ください。実際に治療を開始する前に、長時間透析を提供している医療機関で個別に相談することも可能です。治療の効果や、実際に長時間透析を受けている患者さんの声を聴いていただくことも可能です。いろいろな治療法があることをご理解いただいた上で、最良と思える治療方法を選択して頂ければ幸いです。まずは主治医にご相談ください。

<参考>

◆長時間透析研究会ホームページ

<http://longhd.jp/index.html>

