



「4時間以上の長時間透析」の、
それ、なんでなん？



家族と過ごす時間、自分がしたいことをする時間は本当に大事にしたいよね。
妖精さん、病院に頼めば時間を短くしてもらえるよね？



透析時間を短くすることは、あなたの体調を損ねることになるのでお奨めできません。
短い時間で透析をしようとする、体から急に水分を抜くことになるので血圧も下がって体に負担がかかる。透析後、体がしんどくなるのはこのためです。



そうは言うてもわしは早よ家に帰りたいんや。子どもらが家で待っとるし心配で…。
家で家族と過ごす時間を一番大事にしたいんや。



透析時間を4時間以上にしてしっかり透析することは、家族との時間や自分の時間を大切にすることに繋がりますよ。

【 登場人物 】



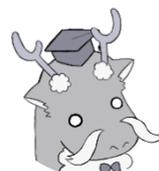
おじさん

透析歴5年の二児の父。奥さんを亡くし、父子家庭なので早く家に帰りたい。



そら
蒼空ちゃん

腹膜透析で通院中のおばあちゃんに付き添っている。
おじさんとは井上病院での顔なじみ。



えのきち

井上病院に住み着く、龍の姿をした妖精。
患者さん、病院スタッフを影から見守っている。



どうして時間を長くすることが、自分の時間を大事にすることにつながるの？



おうちで過ごす時間はどんな時間でもいいわけじゃないですよ。

なるべく『元気』な時間を過ごしたいですね。

血液中だけでなく、組織の中にも老廃物があります。組織の中の老廃物まで

しっかり取り出すには、透析時間を延ばすしか方法はありません。

しっかり取り出したか、そうじゃないかで、あなたのご家族と過ごすための

『元気である時間』の長さが変わってくるのです。



…せやった。わしは、なるべく元気な姿で子どもらと一緒に過ごしたいんやわ。



そうだね。お医者さんや看護師さんにくわしく聞いてみよう。

今ポイント

- 短い時間の透析は老廃物をきちんと取り除くことができないだけでなく、急な血圧低下を引き起こして、体に負担がかかる。
- 組織の中までしっかり老廃物を取り出すには、透析時間を延ばすことが必要不可欠。
- 透析時間を延ばすのは、『元気である時間』を延ばすため。



難しい説明をわかりやすく それ、なんでなん？

日本透析医学会が出している「維持血液透析ガイドライン」でも「最低限4時間の透析が必要」と明記されています。4時間より5時間、6時間の方が良いことがわかっています。ポイントをもっと詳しく見てみましょう。

- ・透析の効果を左右する要素に、機械（ダイアライザ）の性能やその種類、透析液の質があります。井上病院には現在14種類の銘柄で膜面積別で合計43種類のダイアライザがあり、その中から患者さんに応じて選択しています。また、清浄化が保たれた質の良い透析液を使用しています。

しかし、組織の中までしっかり透析するには機械や透析液の質ではなく、時間をかけるしか方法がありません。よって、井上病院では4時間以上の透析を推奨しています。

- ・透析患者さんは腎性貧血といって貧血になりやすいです。最近は透析中に注射で治療できますが、透析時間が短いとこの薬が効きにくくなります。貧血改善のためにも長時間透析をお奨めします。
- ・透析患者さんは尿からリンを排泄できないので、リンが高くなりやすいです。リンが高くなると血管石灰化を引き起こし、心臓の血管・脳血管・足の血管が詰まりやすくなります。だからリンを下げるお薬を飲まないといけません。しっかり透析すればリンの薬は少なく済む可能性があります。
- ・透析時間別の生命予後（透析になってからどれだけ長生きできるか）を調べた研究でも、透析時間が長ければ長いほど生命予後が良いことがわかっています。最近はいかに元気に透析生活を送るか、透析ライフの質の向上が重要です。



透析時間の変更は主治医に相談や！