

# 血液透析患者における体重管理 指導方法の検討

○沖永鉄治<sup>1)</sup>, 宮園和也<sup>1)</sup>, 福富愛<sup>1)</sup>, 永易由香<sup>1)</sup>, 松尾晴美<sup>1)</sup>  
坂田良子<sup>1)</sup>, 松見勉<sup>2)</sup>, 平林晃<sup>1)</sup>, 高杉敬久<sup>2)</sup>, 頼岡徳在<sup>1)・3)</sup>

医療法人社団スマイル 広島ベイクリニック<sup>1)</sup>

医療法人社団スマイル 博愛クリニック<sup>2)</sup>

一般社団法人 広島腎臓機構<sup>3)</sup>



## 緒言

血液透析患者の体重増加率は、中1日で3%以内、中2日で5%以内に抑えることが理想とされている。日本透析医学会は透析時の体重減少率が6%を超える患者では、死亡リスクが増大すると報告している。当院においても、ベッドサイドで3～5%以内の体重増加を目標に体重管理指導や管理栄養士による定期的な栄養指導を行っている。しかし、今年に入り3～5%以内の体重増加を遵守できない患者が散見されるようになった。



# 目 的

患者の体重管理方法および体重増加に関する意識調査を行い効果的な指導方法を検討し、体重管理が不十分な患者に対し再指導を行うことで体重管理が改善するか検討する。



# 方 法

- ① 血液透析患者38名に対しアンケートを実施し、同月の平均体重増加量および平均体重増加率を含め集計した。
- ② 体重管理が不十分な患者10名（平均DW51.0±12.0kg）に対し、自宅で体重測定を行いその数値を体重記録用紙に記入するように再指導を行った。
- ③ 再指導前後1ヶ月間の平均体重増加量と平均体重増加率を比較した。



# アンケート内容

問1. 透析間の体重増加は気になりますか？

- a. とても気になる b. 少し気になる c. どちらでもない  
d. あまり気にならない e. 全く気にならない

問2. ご自宅で体重測定をしていますか？

Yes ・ No

問3. 一日に何回測定をしていますか？

- a. ときどき b. 1回 c. 2回 d. 3回 e. 3回以上

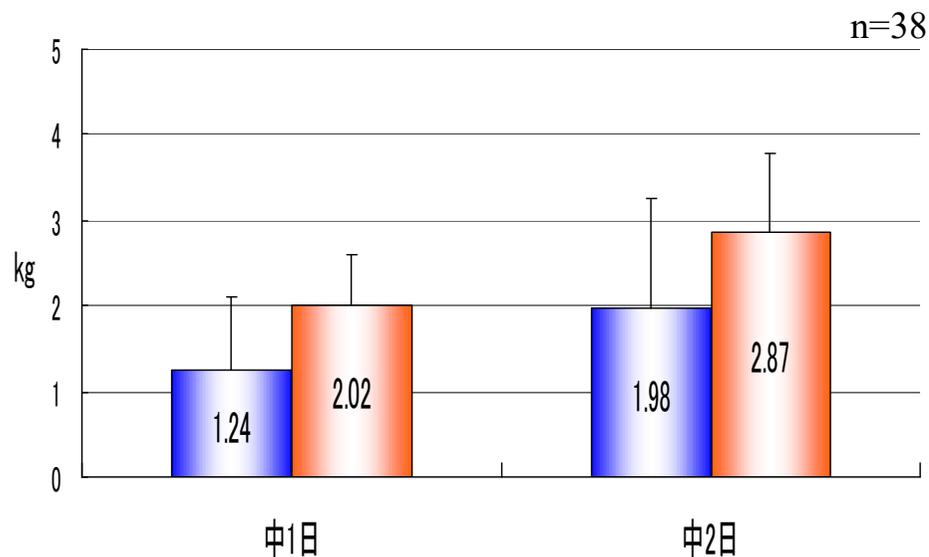
問4. その体重をノートなどに記録していますか？

Yes ・ No



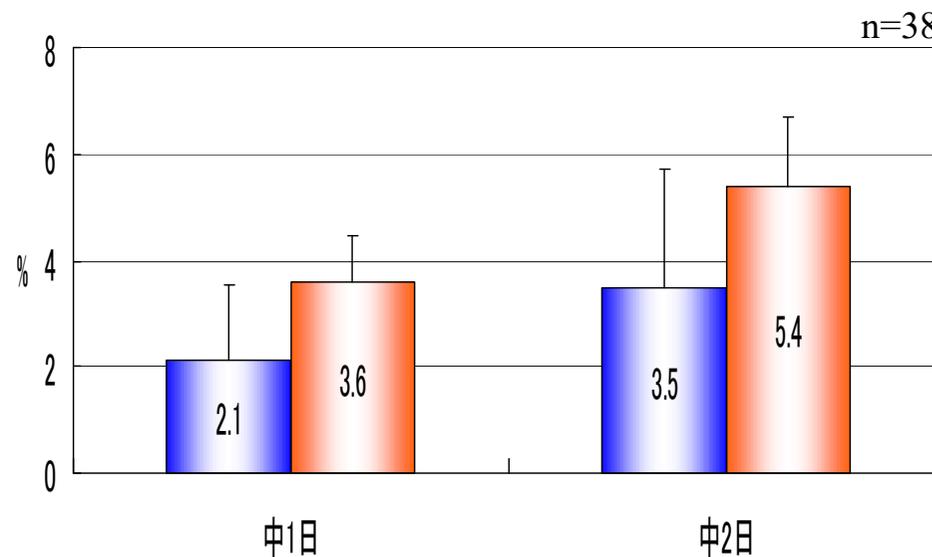
# 体重増加量(増加率)とアンケート結果

体重増加量



■ 体重増加を気にしている患者 ■ 体重増加を気にしていない患者

体重増加率



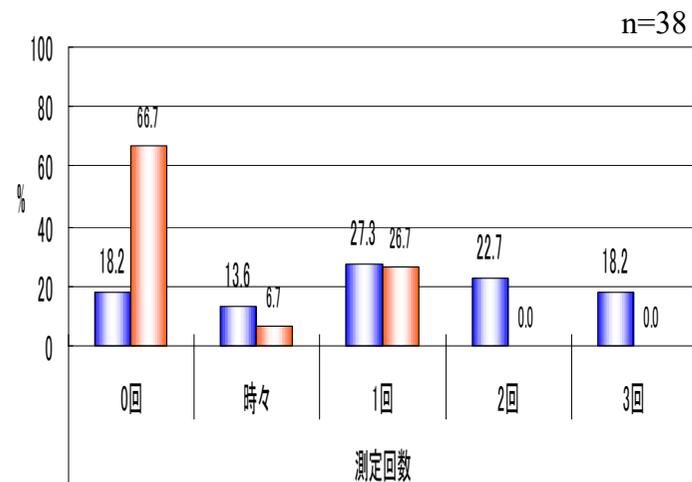
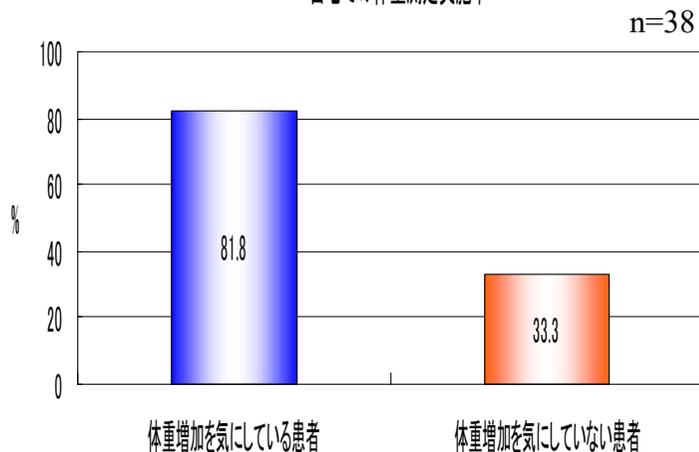
■ 体重増加を気にしている患者 ■ 体重増加を気にしていない患者

問1.で「透析間の体重増加が気になる」と回答した患者群では、1ヶ月間の平均体重増加量と平均体重増加率が低かった。



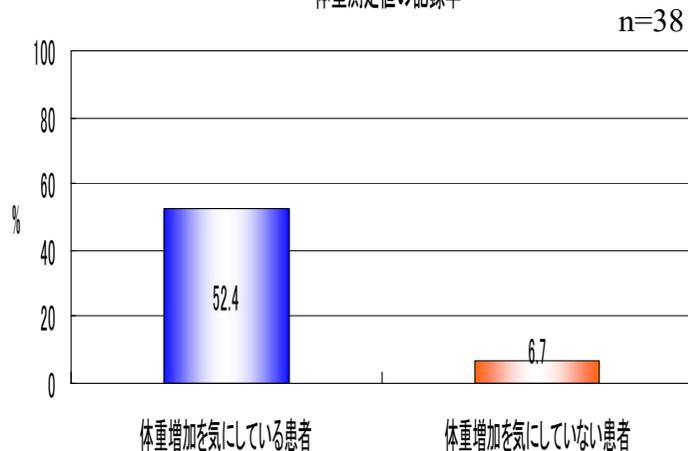
# アンケート結果

自宅での体重測定実施率



□ 体重増加を気にしている患者 □ 体重増加を気にしていない患者

体重測定値の記録率



問1.で「透析間の体重増加が気になる」と回答した患者群では、自宅での体重測定実施率が高く、一日の中で数回測定している者も存在する。また、その過半数が測定値を記録している。



# 体重記録用紙

2013年 4月

様  
ドライウエイト(基準体重)  
50.0kg

目標： 火曜日の透析前の増加量が **2.5kg** を越えないようがんばりましょう！！  
木・土曜日の透析前の増加量が **1.5kg** を越えないようがんばりましょう！！

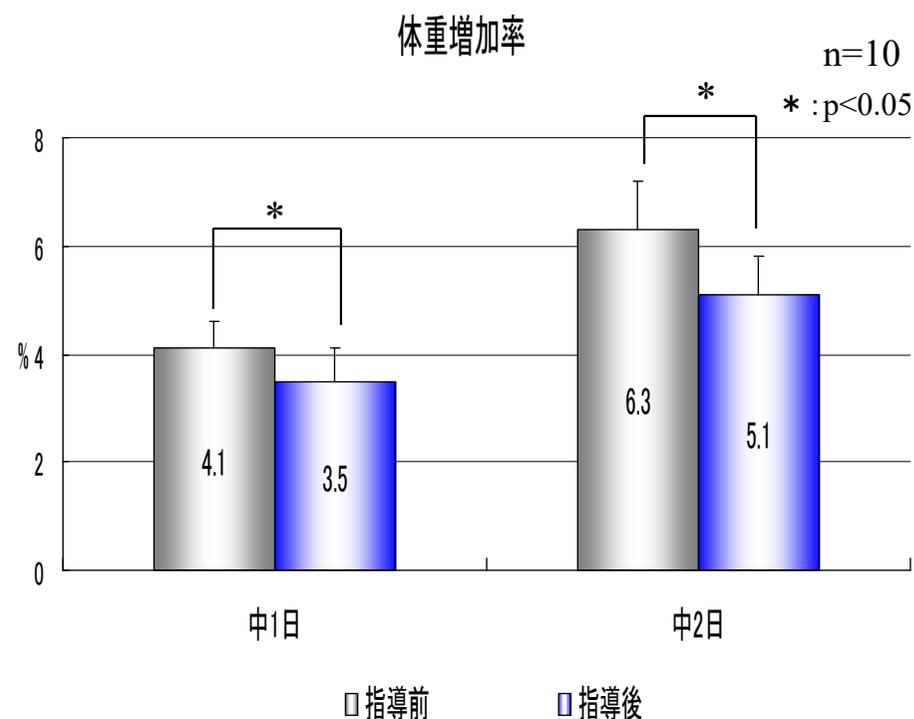
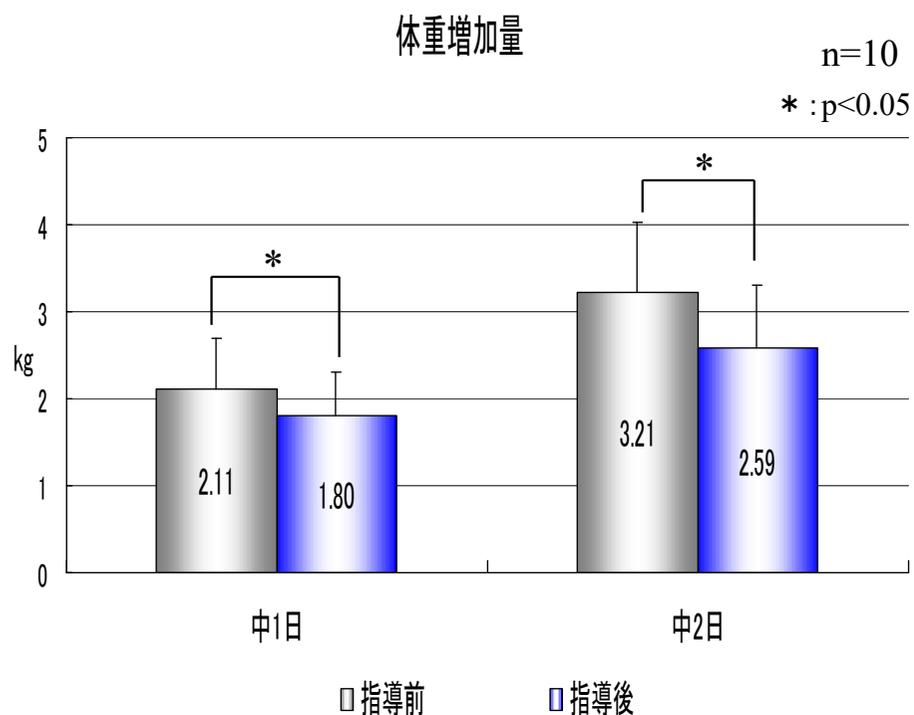
日	月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日	土 6日
	増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )					
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )						
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )						
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )						
28日	29日	30日				
増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )	増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )	増加量 朝：( ) 昼：( ) 夜：( )				

## 【記録方法】

- ①丸い青枠に透析後体重を記入してもらう。
- ②朝・昼・夜と体重測定を行い、透析後体重からの増加量を計算・記入してもらう。
- ③上記の『目標』を意識しながら体重管理を行ってもらう。



# 再指導前後における 体重増加量と体重増加率



患者が自宅で体重測定を行いその数値を体重記録用紙に記入し始め、  
1ヶ月間の平均体重増加量と平均体重増加率が有意に減少した。



## 考 察

外来血液透析患者における透析治療は生活の一部であり、患者は多くの時間を自宅などの病院外で過ごす。このため、透析間の体重管理は患者自身の自己管理が重要である。

透析スタッフが治療中行う口頭による指導は一時的なものである。長い透析Lifeを送る患者には、持続的に患者自身の自己管理を手助けできるような指導方法を検討する必要がある。



## 結 語

体重管理が不良な患者に対し、自宅での体重測定および測定値の記録を指導すると、透析間の体重増加量と体重増加率が有意に改善した。