

# 血液透析患者の運動に関する 意識調査

医療法人社団スマイル クレア焼山クリニック<sup>1)</sup>  
博愛クリニック<sup>2)</sup> 広島大学病院腎臓内科<sup>3)</sup>

○大橋智恵<sup>1)</sup> 桐林 慶<sup>1)</sup> 吉田純子<sup>1)</sup> 原田美香<sup>1)</sup>  
福富 愛<sup>1)</sup> 松下剛史<sup>1)</sup> 上森優子<sup>1)</sup> 宮園和也<sup>1)</sup>  
藤井恵子<sup>2)</sup> 高杉啓一郎<sup>2)</sup> 正木崇生<sup>3)</sup>

# はじめに

近年、透析患者の運動療法によるADLとQOLの向上が報告されている。当院でも運動療法を取り入れるため運動についての患者アンケートを行った。

# 目的

運動に関する透析患者の意識調査を行い  
把握する。

# 対象と方法

## 対象

外来血液透析患者70名（男／女：48／22）

年齢 75.0±10.1歳

透析歴 7.9±6.2年（平均±S.D.）

## 方法

運動に対して興味があるか（10段階VAS）  
日頃から運動をしているか、どのような運動  
をしているか運動時間などのアンケートを行  
い、結果を統計的に解析した。

（Mann-Whitney U検定、Fisherの直接確率検定）

## 運動療法アンケート

氏名 \_\_\_\_\_

透析を続けていると、体力・筋力は急速に低下するため運動はとても重要です。  
特に透析患者さんにとっては、「体力を維持する事」「運動を継続する事」は、  
生命予後（元気で長生きすること）を大きく改善させることが証明されています。

当院でも透析時間を有効活用し、運動療法（屈伸運動・ゴムを使用したストレ  
ッチなど）を取り入れようと考えています。  
それに伴い、下記アンケートにご協力をお願いいたします。

回答方法 (1)(2)(4)(5)は、10段階で該当する数字を○で囲んで下さい

(1) 運動に興味がありますか  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
ない どちらとも言えない ある

(2) 運動は必要だと思いますか  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
思わない どちらとも言えない 思う

(3) 日頃から運動をしていますか ( はい ・ いいえ )

(3)で(はい)と回答された方

(3-1) どのような運動をしていますか ( )

(3-2) 週に何回運動をしていますか ( )回

(3-3) 1日の運動時間はどれくらいですか (30分未満・30分以上・1時間以上)

(3)で(いいえ)と回答された方

(3-4) なぜ運動をしていませんか  
( )

(4) 透析中の運動について興味はありますか

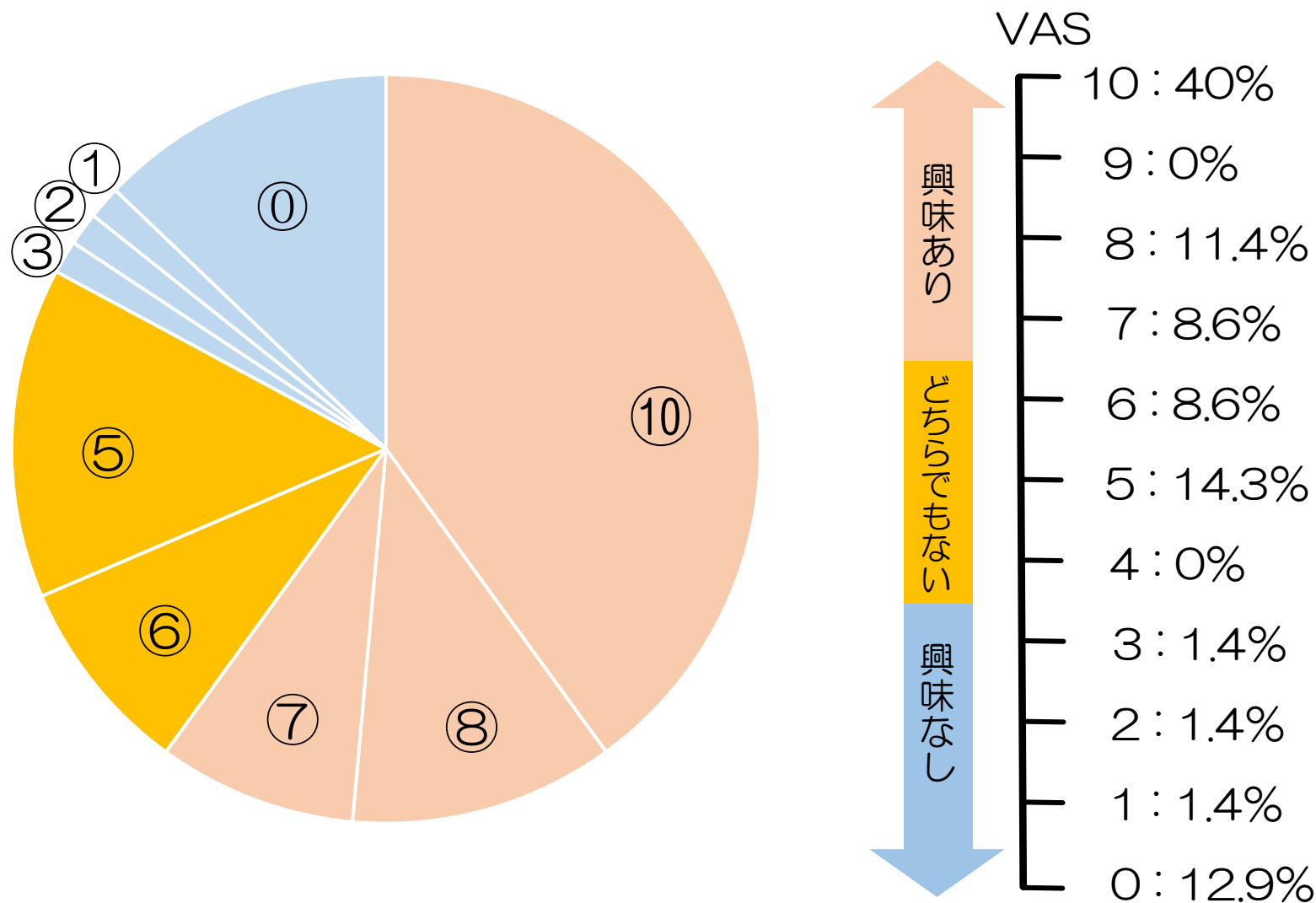
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
ない どちらとも言えない ある

(5) 透析中運動を行なう機会があれば受けてみたいですか

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
やりたいと思わない どちらとも言えない 是非やりたい

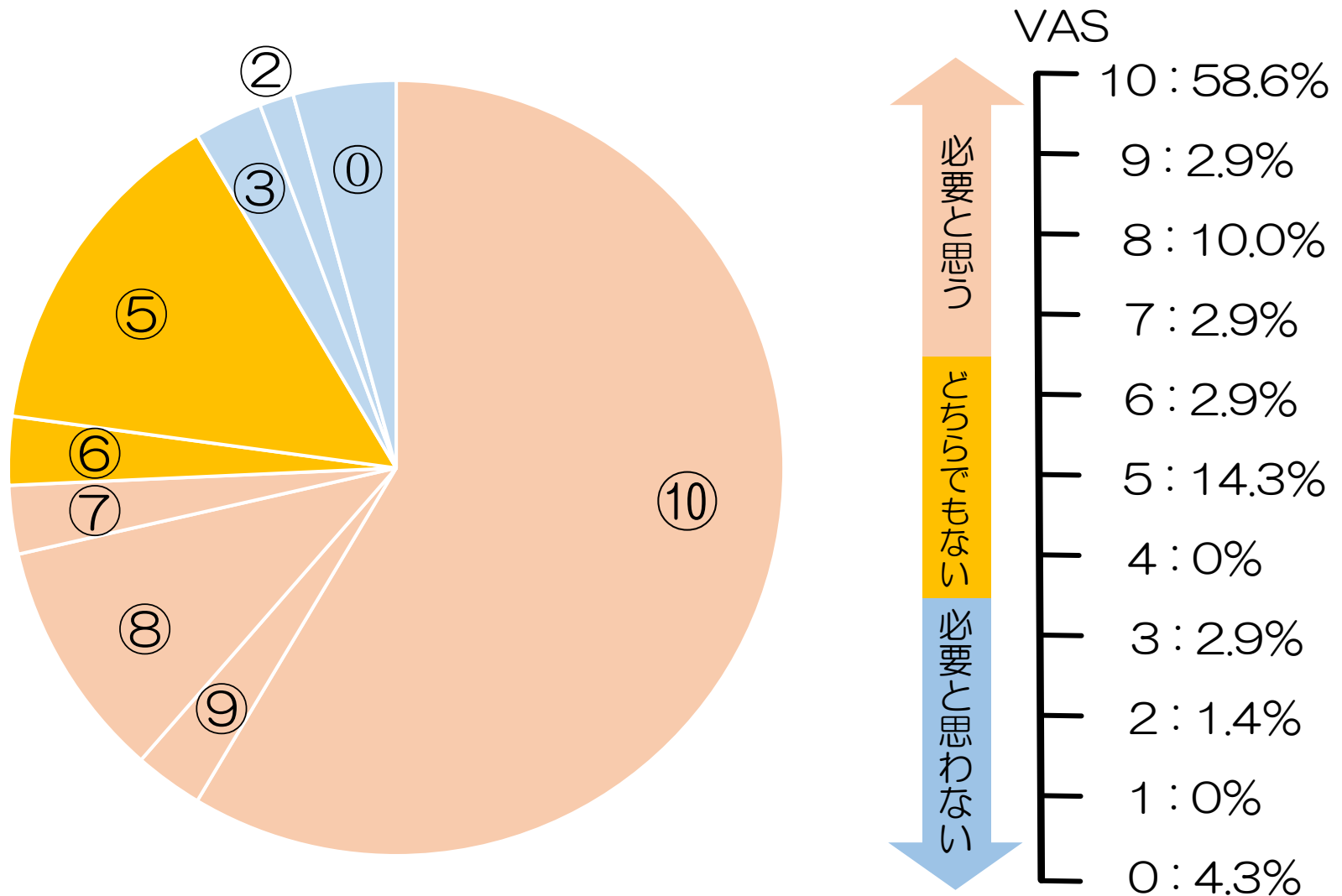
ご協力ありがとうございました

# 設問1. 運動に興味がありますか



小括：60.0%の人が運動に興味をもっている

# 設問2. 運動は必要だと思いますか

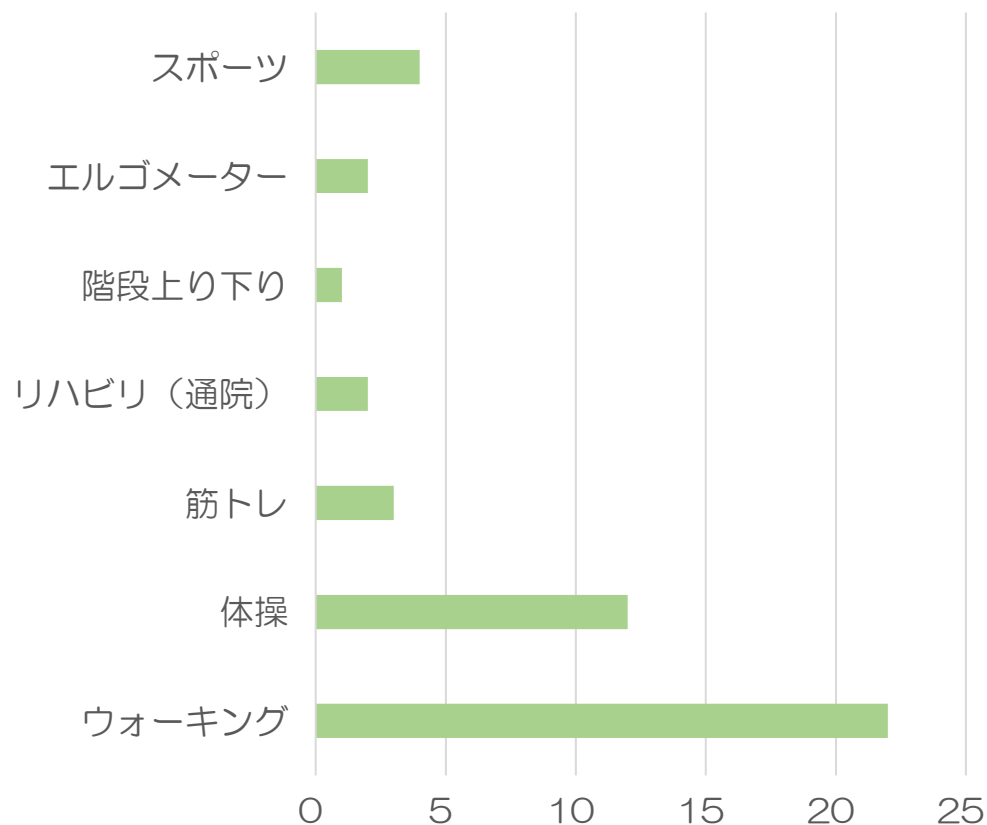
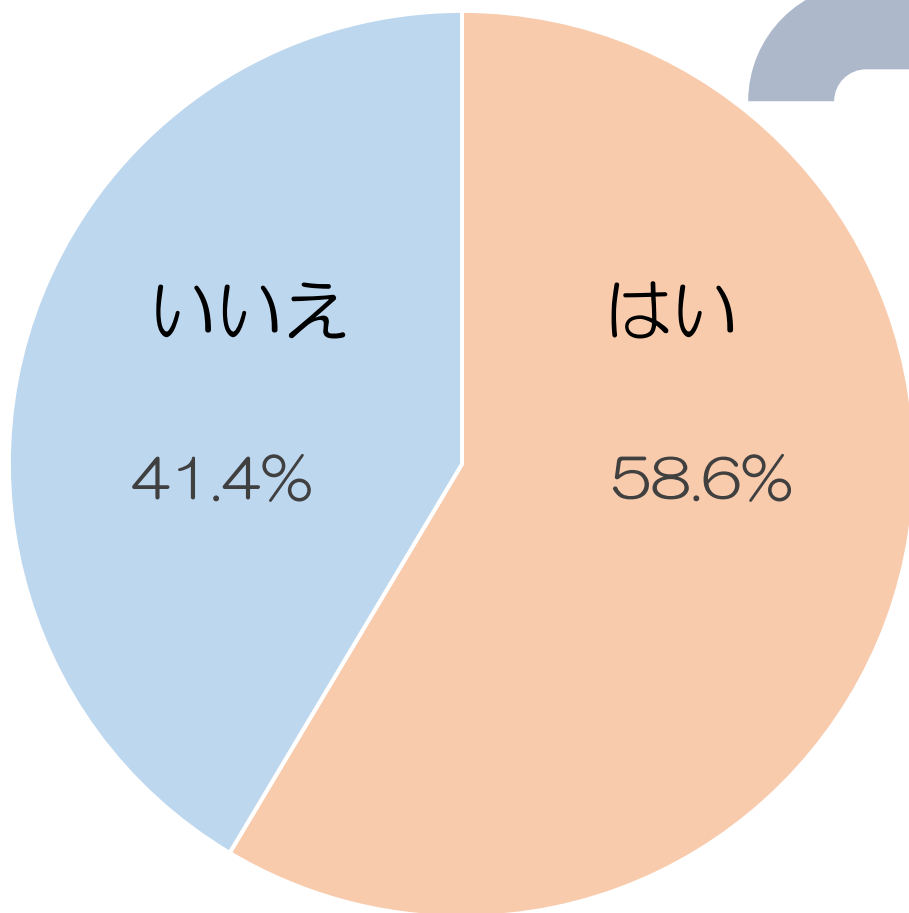


小括：74.4%の人が運動が必要だと思っている

# 設問3. 日頃から運動をしていますか

(3)-1

どのような運動をしていますか  
(複数回答あり)



小括：運動をしている人は体操・ウォーキングが多い

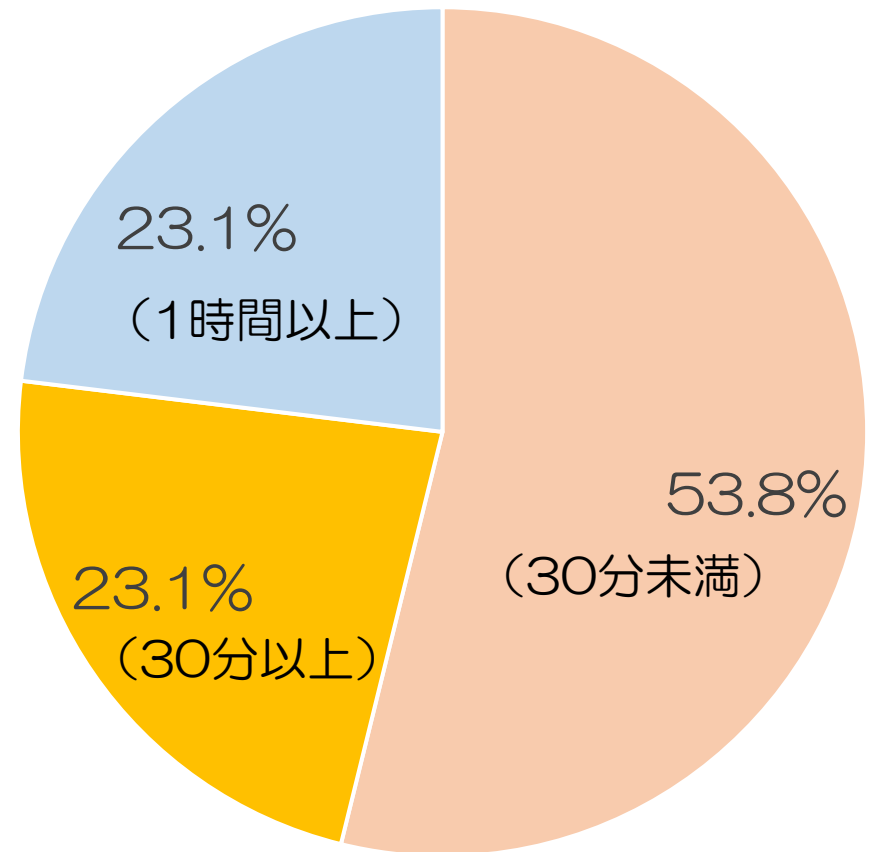
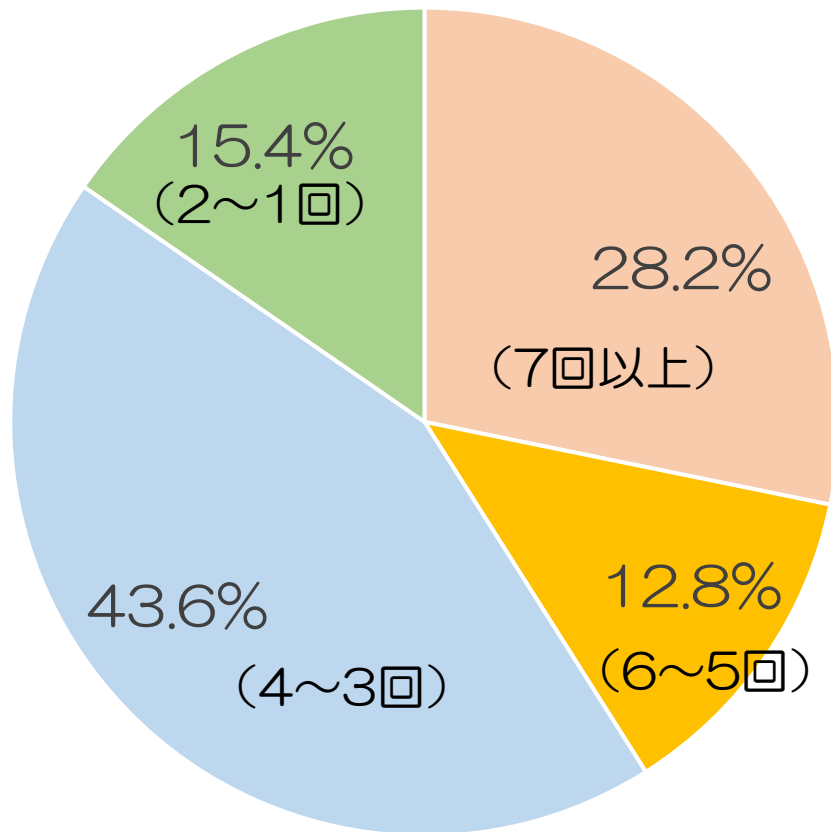
(回答)

(3)-2

週に何回運動をしていますか

(3)-3

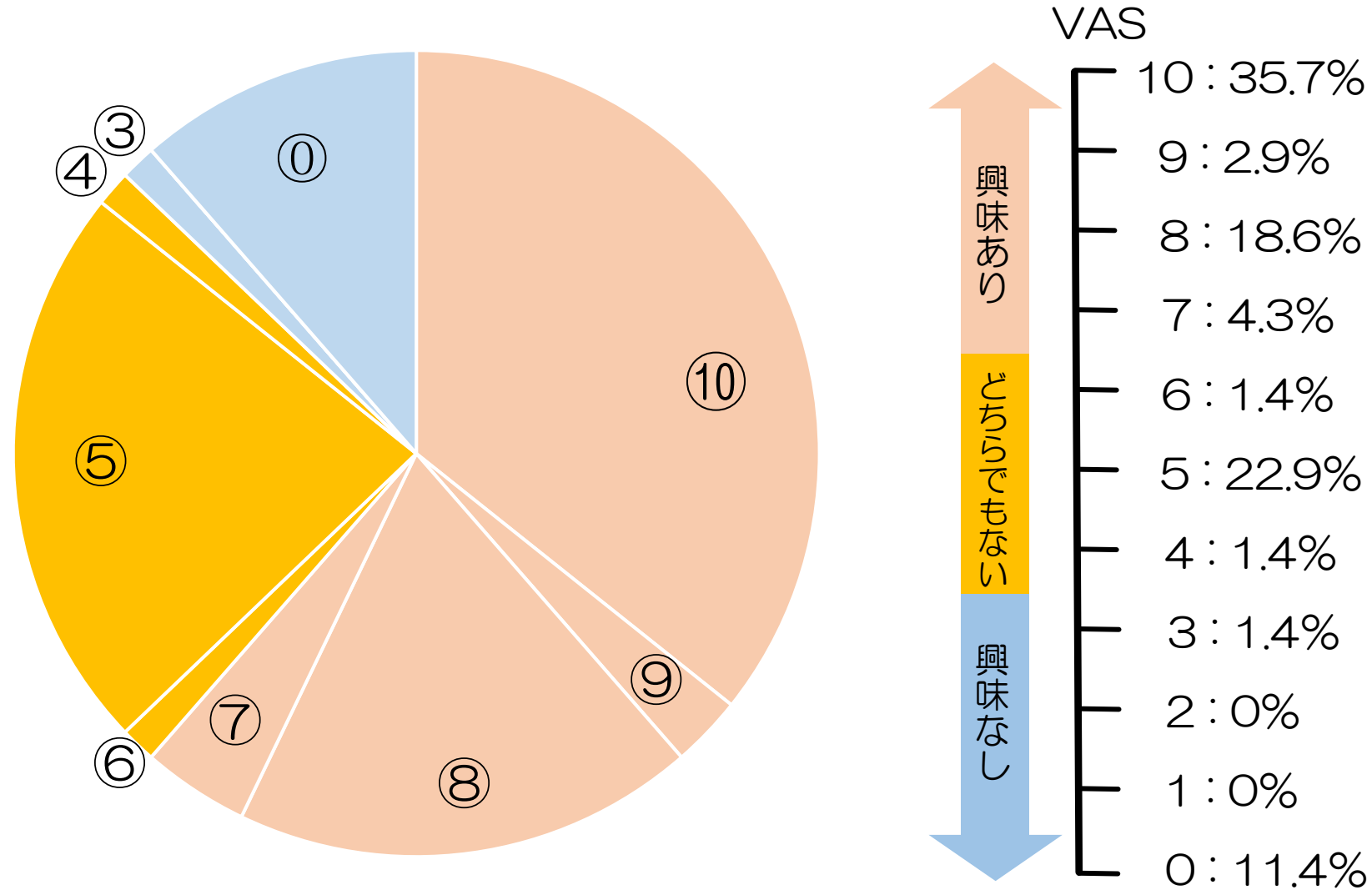
1日の運動時間はどれくらいですか



小括：週3~4回の人が多く1日の運動時間は30分未満が多かった

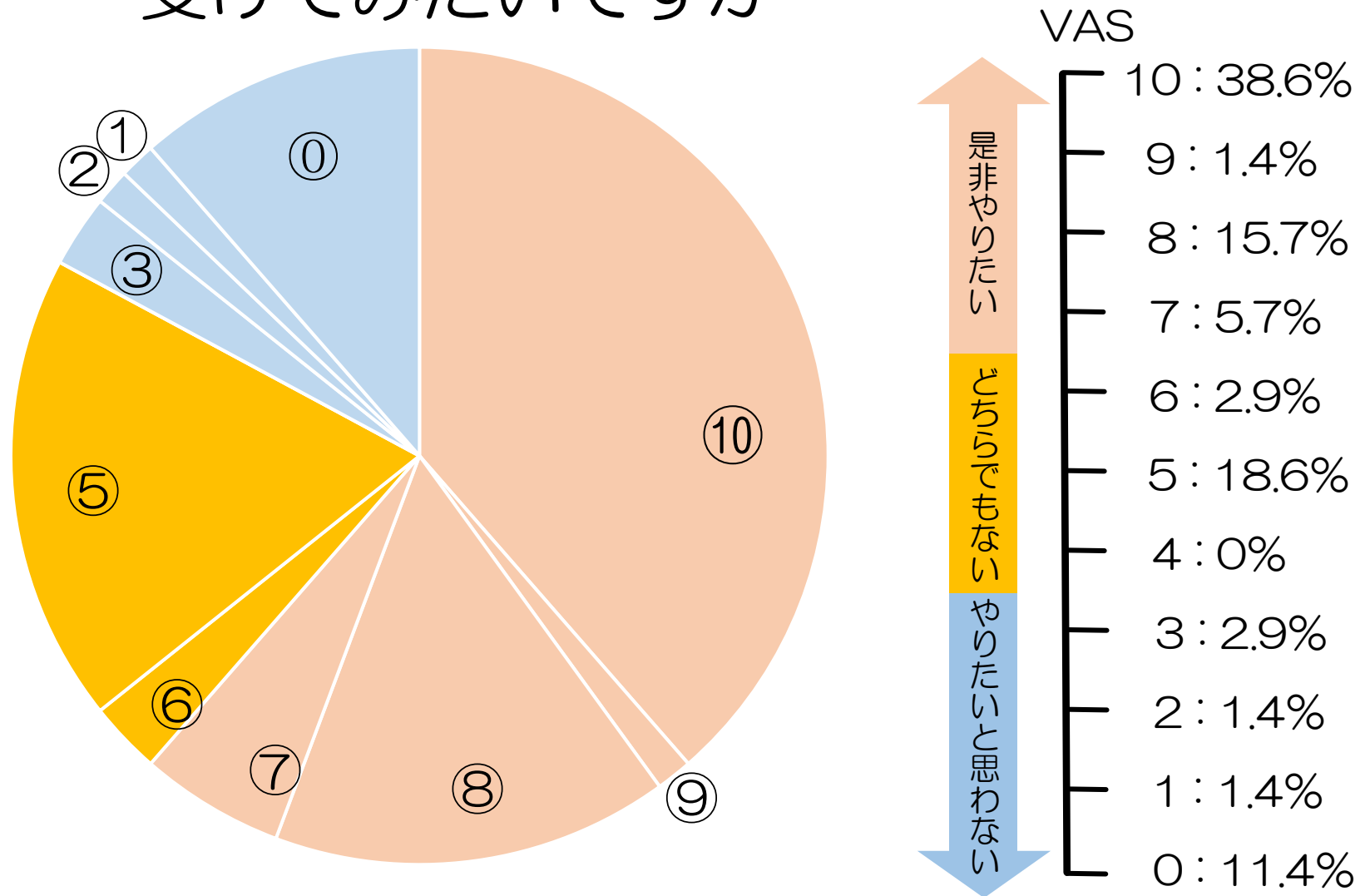


# 設問4. 透析中の運動について興味はありますか



小括：透析中の運動に61.5%の人が興味を持っている

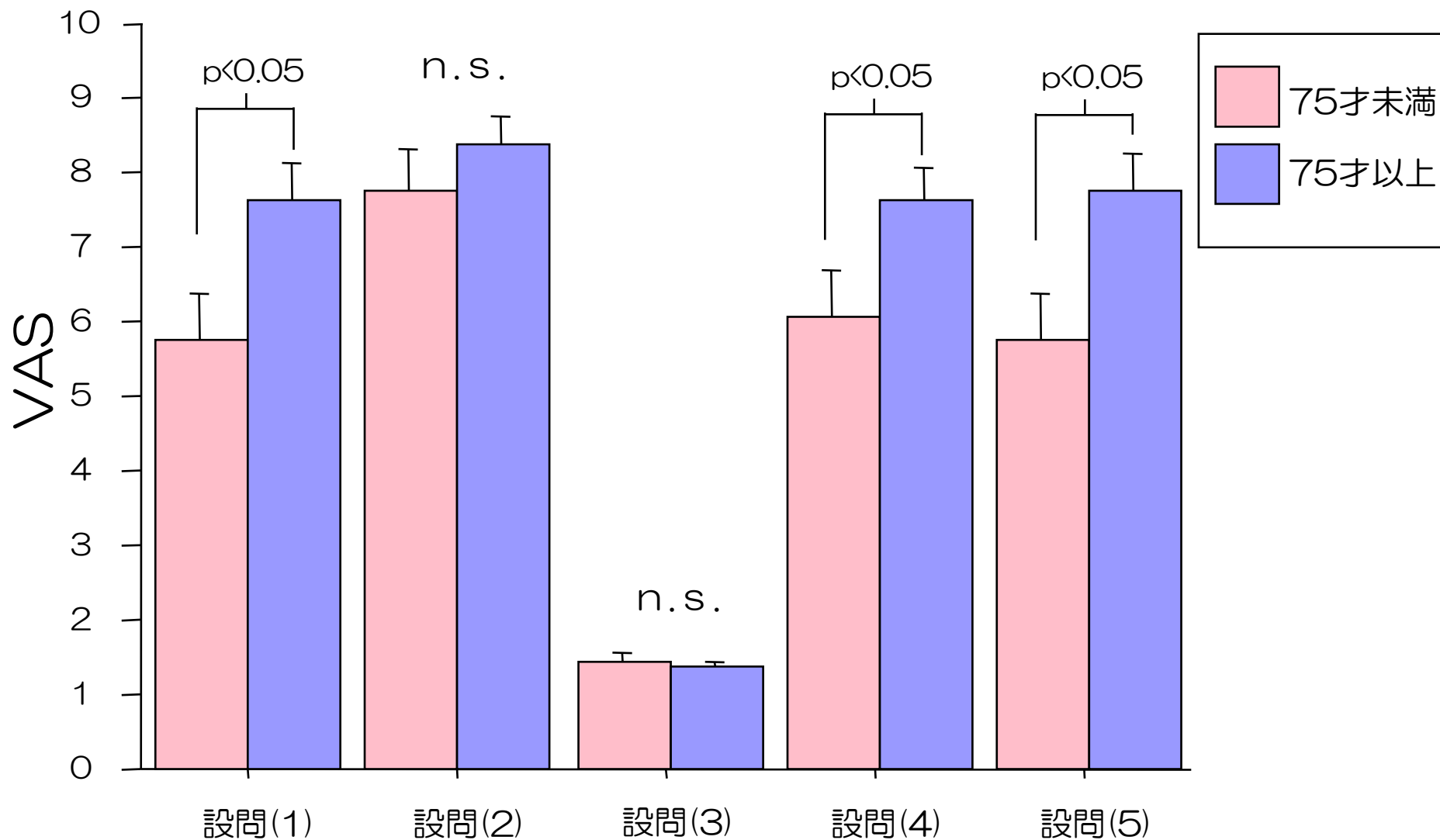
# 設問5. 透析中に運動を行なう機会があれば受けてみたいですか



小括： 61.4%の人が透析中に運動を受けたいと思っている

# 75才で群分けしたアンケート結果の比較

Average  $\pm$  S.E.



# 独居者・同居者別意識調査

設問(2)運動は必要だと思いますか

	思　　う	思わない	
独居者	8人	1人	9人
同居者	33人	28人	61人
	41人	29人	

p=0.07

Fisherの直接確率検定法

# 結 果

普段から運動をしていると答えた人は58.6%で、頻度は週3~4回、30分未満が最も多かった。

運動をしていないと答えた人は41.4%で、その理由として全身倦怠感、足腰の疼痛などが主であった。

75歳で分けた2群間比較では、高齢者群で運動に対する意識が有意に高かった。(p<0.05)

透析歴10年で分けた2群間比較では有意差を認めなかった。(Data not shown)

独居者と同居者がいる患者を比較した結果では、独居者で運動に対する意識が高い傾向にあった。(p=0.07)

# 考 察

運動が必要だと思っている人、実際に運動している人は共に6割程度と低いため、今後の啓蒙が必要と思われる。高齢者で運動に対する意識が高かったのは、加齢に伴う身体能力低下に対する不安があるものと考えた。独居者の方が運動に対する意識が高かったのは、ADL保持のための自主性が背景にあると思われる。

中国腎不全研究会  
COI開示

筆頭発表者名  
大橋 智恵

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係  
にある企業などはありません。