

モニターのグラフが下に下がるほど、血液が濃くなっている(いわゆる「ドロドロになる」)ということです。透析中に血液が濃くなりすぎていないかを確認して、除水速度を調節することが出来ます。

* 生体電気インピーダンス法

体に害のない複数周波数の交流電波を流し、そのときの電気抵抗から体水分量・脂肪量等を測定します。体に2箇所電極を貼って、15秒程度で測定可能です。痛み・痺れ等はありません。

ドライウェイトが合っていないと？

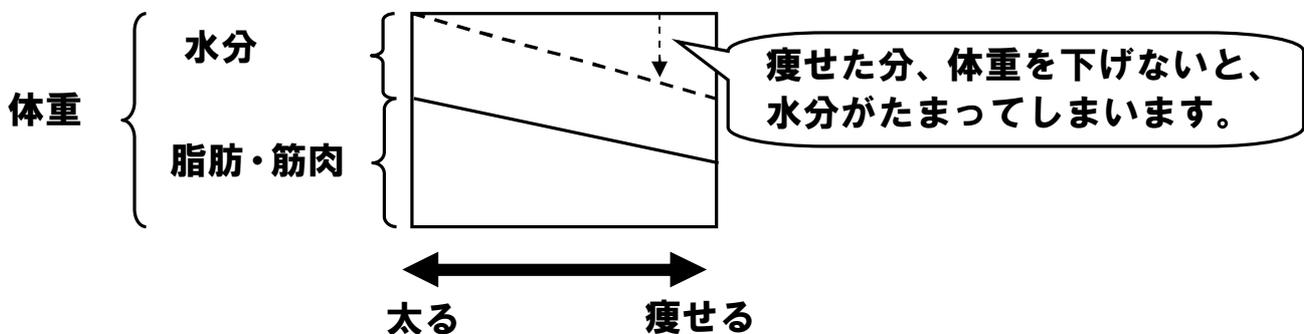
ドライウェイトが適正よりも多い場合は、心不全の危険性が高くなったり、血圧が上がったりします。

ドライウェイトが適正よりも少ない場合は、血圧が下がったり、透析後に血が濃くなりすぎること、シャントがつまることがあります。更に悪いことには、脳や心臓への血流が悪くなって脳梗塞・狭心症・心筋梗塞を起こす・・・ということもあります。

ドライウェイトが変わるのはどんなとき？

透析を受けている方は、除水によって体重をそろえてしまいましたが、体調・生活状況によって太ったり痩せたりすることと同様に、ドライウェイトも常に一定ではありません。ドライウェイトを上げると太るのではなく、太った体に合わせる為にドライウェイトを上げなければならない、逆に、痩せて水分がたまった状態では、ドライウェイトを下げる必要があります。

また、心筋梗塞等の病気で心機能が悪化してしまった場合は、心臓にかかる負担を減らすためにドライウェイトを下げる必要があります。



体重が増え過ぎないためにはどうする？

中1日で体重の3%、中2日で5%の増加が基本です。摂取した分が全て体に溜まるわけではなく、汗・便・呼気等に出て行く分もあるため、自宅でも体重測定をした方が管理しやすいでしょう。

制限に関しては、水分を我慢することよりも、塩分制限に気を付ける方が、やりやすいのではないのでしょうか(塩辛いものをたくさん摂ると、喉が渇いて自然と水を飲んでしまいます)。

ドライウェイトは様々な指標を考え合わせて設定されます。設定されたドライウェイトを達成するには、透析間に体重が増えすぎないことが重要です。皆様、一緒にがんばっていきましょう。