

## 第11号の内容

ごあいさつ .....	1
検査結果の見方.....	2
相談室ちょこっとコラム.....	3
天童温泉矢吹クリニック紹介...	4



**Pod**  
Patient oriented dialysis  
<http://www.seieig.or.jp/>

# @yabuki

あつとやぶき



医療法人社団清永会

# CKD

meeting

2011年3月11日、14時46分を境にして世界が変わってしまいました。停電、ガソリン不足、食料不足などいろいろなことが起こりました。透析治療においても一時的に透析時間の変更や時間短縮を余儀なくされました。それでもようやく通常の状態に戻ってきましたね。その間、みなさんにはご協力を頂き本当に有難うございました。一日も早い被災地の復興を祈るのみです。そのためには隣県の山形県が元気でいないといけません。これまで以上に自分の体を大事にして元気でいきましょう。

CKDミーティング 委員長 伊東 稔

# 透析教室 定期検査の数値を理解しよう

## 第10回

矢吹グループの透析では合併症を予防し、元気で長生きできるように月1回採血検査を行っています。検査はたくさん種類がありますが、大切なものをいくつかのグループに分けて理解しましょう。以下に主な検査結果を解説しますので、自分の検査結果を見てみましょう。

### 貧血の検査

ヘモグロビン(Hb)  
目標値10～12 g/dL

血液中の赤血球の中にあり酸素を体のすみずみに運ぶ働きをしています。これが低下すると疲れやすい、息切れなどの症状がでます。エリスロポエチン注射で目標値に保ちます。

フェリチン  
目標値～200ng/mL

ヘモグロビンは鉄分を材料に作られます。フェリチンは体内の鉄分の備蓄量を表します。100ng/mLで貧血がある場合は鉄剤の注射を行います。

### 栄養状態・食事の指標

栄養状態を表す最も大切な指標は、体重(ドライウエイト)が経時的に減ってこないかどうか、インボディ検査で筋肉量が低下していないかどうかです。採血結果はあくまでも目安です。

アルブミン(ALB)  
目標値3.5～5.0g/dL

血液の重要な蛋白成分で栄養状態が悪いと低下し、疲れやすくむくみっぽくなります。透析のやり方自体でも抜けるときがあるので、心配なときはスタッフに相談してください。

CRP定量(CRP)  
目標値0.3mg/dL未満

体内に炎症があるかどうかを示します。炎症があると栄養状態が低下してきます。高値の場合は原因を調べます。

### 食事の指標

尿素窒素(BUN)  
目標値50～70mg/dL

たんぱく質(主におかずの)摂取量を反映します。100mg/dLでは食べ過ぎですが、50mg/dL未満ではもう少しおかずを増やした方が良いでしょう。

カリウム(K)  
目標値3.6～6.0mEq/L

生野菜や果物の他にたんぱく質(肉など)に多く含まれます。6mEq/L以上だと不整脈がでて危険です。

無機リン(P)  
目標値3.5～6.0mg/dL

たんぱく質(特に乳製品、小魚など)の過剰摂取で上昇しますが、副甲状腺機能亢進症(後述)の治療でも上昇します。Pが6mg/dL以上の高値を続けると骨がもろくなり、動脈硬化が進行します。

## 骨ミネラルの指標

カルシウム (Ca) 目標値 8.4~10.0mg/dL	Caを適正值に保つことは骨と動脈を若々しく保つために大切です。 Caが高くなるとイライラしたりかゆみがつよくなったり、白目が赤くなったりします。逆に低くなると筋肉が痙攣しやすくなります。
無機リン (P)	左ページで説明しました。
インタクト副甲状腺 ホルモン (iPTH) 目標値 60~180pg/mL	健康な骨は作っては壊されてという自然なサイクルを繰り返しています。iPTHが高くなると、骨がもろくなり骨折しやすくなります。 iPTHをあげないようにカルタンなどでPを抑えたり、ビタミンDやレゲパラなどを服用します。

## 糖尿病の指標

随時血糖値 (Glu) 目標値 空腹時80~130 食後2時間80~180mg/dL	血液中のブドウ糖濃度です。糖尿病患者は適正值になるようにインスリン量などを調整します。
グルコアルブミン (GA) 目標値 23%未満	血糖値の最近2週間の変動を示します。HbA1cのおよそ3倍の値になります。
HbA1c	従来から使用されている最近1~2ヶ月の血糖値の変動を示します。透析患者では貧血の影響があり、本来の値より低めに出ることが指摘されていました。そのため矢吹グループでは平成23年度からHbA1cからGAの検査に移行します。



### 相談室ちょこっとコラム

## 『障害年金がもらえる人ってどんな人?』

今回は障害年金の遡及(そきゅう)制度、併給制度についてコラムを載せましたが、記事を見た方に、「自分は障害年金もらえるの?」という質問を多く受けました。そこで、今回は障害年金のおさらいをしましょう。

障害年金がもらえるかどうかは、“慢性腎不全”の初診日(糖尿病が原疾患による慢性腎不全の場合は糖尿病の初診日)の**2ヶ月前までに納めるべき年金の2/3以上年金を支払っていること**、かつ、**初診日までの直近1年間に年金の未納がないこと**です。この2点をクリアしていることが絶対条件になります。後で追納しても認められません。

請求先は、初診日当時加入了していた年金先が窓口になります。

厚生年金……社会保険事務所  
共済年金・組合年金……各共済年金・組合年金窓口  
国民年金……各市町村の国民年金課

妻(夫)で夫(妻)の年金扶養に入っている場合は、夫の年金先が窓口になります。

申請時期は、基本的には透析を開始してから3ヶ月経過後ですが、糖尿病が原疾患の場合は、透析後1ヶ月程度で申請が可能なのでご相談ください。

もっと詳しく聞きたい方はいつでも相談員まで声をかけてくださいね。医療福祉相談室





# Hello!! This is the 天童温泉矢吹クリニック

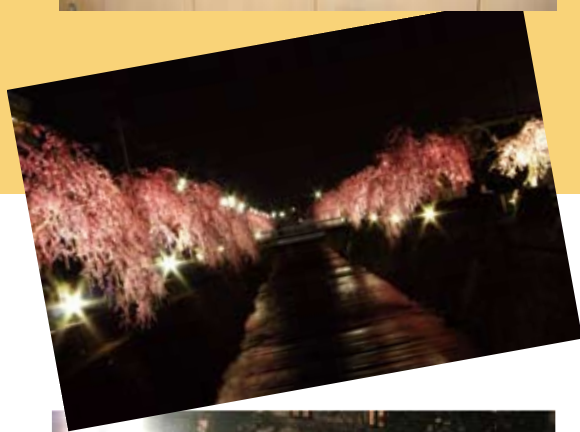
平成16年10月に開院した当院は今年で7年目に突入しました。院長の長澤先生を筆頭に15人のスタッフで明るく元気モリモリで患者さんをお迎えしています。待合室は、院長が撮りためた国内外の美しい写真であふれ、日々長澤写真展が開催されています。近々、これらの写真たちが、カレンダーになる話もあるようですよ。

当院の患者さんは下は28歳から上は96歳と年齢層が幅広く、患者さん同志お互いを助け合いながら和気あいあい温かい雰囲気になっています。

天童温泉矢吹クリニックは、その名の如く温泉街が近く、この季節は桜の名所もたくさんあります。王道は舞鶴公園ですが、市役所前の倉津川沿いのしだれ桜のライトアップはイチオシ!!山形市内よりは若干開花が遅いので、桜前線に乗り北上してみてください。北上・・・と言えば、もうひとつ北上してくるものが!夏祭り(花笠祭り)!!山形の花笠が終わった翌日から8月8日、9日と天童で始まります。クリニックの目の前がメイン通りになっているので、迫力を肌で感じられる絶好のポジションで見物できますよ。

お近くにきた際は、ぜひみなさんもクリニック見学や四季折々の天童の楽しみを満喫してはいかがでしょうか。

天童温泉矢吹クリニック 樽石江梨子



【編集後記】 今年の冬は雪が多く大変でしたが、ようやく待ちに待った春が訪れました。今年はスタッフおススメの天童のしだれ桜を見に行こうかと思っています。

腎不全総合対策室 伊藤智子