

第15号の内容

ごあいさつ	1
MISについて.....	2
ランチョンセミナー報告....	3
在宅血液透析研究会報告...	4
バンザイさん紹介.....	4



@yabuki
あつとやぶき



医療法人社団清永会

CKD
meeting

今回の@yabukiはMISの見方と在宅血液研究会の特集です。年に2回行われているMIS調査の結果を皆さんは確認していますか？数値や結果にどんな意味があるのか学びましょう。良い栄養状態を維持するために何が必要か一緒に考えて下さい。また、4月7～8日、天童市で第15回在宅血液透析研究会が開催されました。研究会に参加出来なかった方は今回の特集で少しでも研究会の雰囲気を味わって頂ければ幸いです。

CKDミーティング 委員長 伊東 稔

元気で長生きするためには、栄養状態を良く保つことが大切です。私たちは、毎年6月と12月に皆さんの栄養状態をMIS(エムアイズ)で調査することで、一人ひとりの結果に合わせた透析や食事療法を行なっています。是非、皆さんもMIS(エムアイズ)の結果から自身の体調や栄養状態を振り返ってください。

MISシートには何が書いてあるの？

矢吹 NST MISシート ID:

氏名 様 検査日 担当:

身長 m 体重(DW) kg 生年月日 導入日 DM 1

病歴と自覚症状	1-体重の変化 (過去3-6月のドライウエイトの減少)	0 0.5Kg未満の減少	1 0.5Kg以上1.0未満	2 1.0Kg以上、5%未満	3 5%以上の
	2-食事摂取	0 摂取低下なし 摂取良好	1 やや摂取不良	2 中等度の摂取不良または 流動食のみ摂取可能	3 少量の流動食 または摂取不能
	3-消化器症状 (悪心・嘔吐・下痢・食欲不振)	0 問題なし 食欲良好	1 食欲不振から悪心等の 軽度症状あり	2 時々嘔吐等の 中等度症状あり	3 頻回の下痢、嘔吐 著しい食欲不振
	4-身体機能 (栄養に関連した機能低下)	0 正常	1 時々歩行困難や 倦怠感あり	2 日常生活に 必要	3 日常生活に 困難あり
	5-透析歴と合併症	0 透析歴1年未満 健康状態良好	1 透析歴1-4年 軽度合併症あり	2 透析歴4年 症あり(1)	3 透析歴4年 症あり(2)
身体状況	6-体脂肪量の減少	0 %TSF 91%以上	1 %TSF 81~90%	2 %TSF 71~80%	3 %TSF 61~80%
	7-筋肉量の減少	0 %AMC 91%以上	1 %AMC 81~90%	2 %AMC 71~80%	3 %AMC 61~80%
検査データ	8-BMI (kg/m ²)	0 20以上	1 18以上20未満	2 16以上18未満	3 14以上16未満
	9-血清アルブミン (g/dl)	0 4.0以上	1 3.5以上4.0未満	2 3.0以上3.5未満	3 2.5以上3.0未満
	10-血清TIBC (μg/dl)	0 250以上	1 200以上250未満	2 150以上200未満	3 100以上150未満
合計点 点 良好(0~3点)・軽度栄養障害(4~7点)・中・高度栄養障害(8点~)					
コメント 栄養障害が進行しないよう 経過観察しましょう					
前回 MIS 点	1 CRP(mg/dl)	ダイアライザー	治療方法	血流量(ml/min)	
			HD、HDF (前、後)、HD+PD		
前体重(kg)	後体重(kg)	透析時間	前BUN(mg/dl)	後BUN(mg/dl)	2 nPCR(g/kg/日) yPCR(g/kg/日)

点数は、10項目の合計点数が低いほど栄養状態は良いと評価します。

合計点数が

- 0~3点は栄養状態良好
- 4~7点は軽度の栄養障害あり
- 8点以上は中高度の栄養障害あり

となります。

それぞれの栄養状態に合わせて、スタッフから皆さんへコメントがあります。是非ご覧になってくださいね。

①CRP

CRP0.3mg/dl以上は、体に炎症が起きていることが心配されます。MISの点数が高く、CRPが高い場合は、炎症の原因を探す検査や透析療法の検討など行います。

②nPCR、yPCR

PCRは十分なたんぱく質(肉魚卵豆など)を摂っているかの評価です。MISの点数が高く、PCRが0.9g/kg/日未満は、たんぱく質の摂取不足が心配されます。その時は、栄養士が食事の摂り方についてお話をさせていただきますのでご相談ください。

※nPCR＝透析後体重1kgに対する1日推定たんぱく質摂取量。

yPCR＝理想体重1kgに対する1日推定たんぱく質摂取量。

臨床栄養室

4月8日 在宅血液透析研究会 ランチョンセミナー 「実践栄養指導～食べて学べる透析食弁当～」

今回のセミナーは、実際においしい透析弁当を食べていただくことで皆さんに透析食を見直して欲しい!という思いから企画しました。会場の皆さんからは透析食に関する質問やお弁当の感想をたくさん頂き、セミナーはとても盛り上がりました。会場に来てくださった皆さん、本当にありがとうございました。

お弁当のレシピは今月各施設に掲示しますので、会場に来ることが出来なかった方も是非参考にしてください。



司会
清野由美子



講師
中島美佳

素材の味を生かした
透析弁当☆
カラッと揚げた天ぷらの
作り方には“技あり”です!



7日 夕食会は …



滝の湯さんと臨床栄養室が
力を合わせてつくりました。
これでなんと塩分4.5g!

8日 朝食は …



30品以上の料理が並ぶバイ
キング☆それぞれの料理に
栄養成分を表示しましたよ✿



在宅血液透析研究会報告



2日間、雪の舞う天気でしたが458名の方が参加され、大盛況となりました。

たけし軍団でお馴染みのグレート義太夫さんの講演があり自身のお笑いの仕事話や、糖尿病から透析導入に至る体験談を聞かせて下さいました。

在宅透析は、スケジュールを自由に組めるので十分な透析が実現可能です。血圧低下やかゆみなどの合併症も減ることがわかりました。我々スタッフは、在宅透析を行う患者さんのトラブル時の対応もサポートしております。

在宅血液透析に興味を持たれた方は、お気軽にスタッフへお声がけ下さい。

矢吹病院 透析室 佐々木信弥

在宅血液透析経験者のお話

今回の在宅血液透析研究会では、実際に在宅血液透析(HHD)を行なっている患者さんに講演して頂きました。東京都でHHDを行なっているバンザイさん(ペンネーム)です。バンザイさんの本職はイラストレーターで、今回の講演でも綺麗なイラストを披露しながらHHDのお話をしてくれました。体に良いHHDですが在宅で行うことによる孤独感、定期的に行うことによる拘束感があるというお話は我々医療者にとっても勉強になりました。今はツイッターやチャットなどで全国のHHD仲間と気持ちを共有することが出来るとも仰っていました。

バンザイさんは週6日、各4.5時間の透析を行なっていますが、もう週3回の透析には戻れないそうです。それくらいHHDを始めてから体調が良いとのことでした。バンザイさんは自著やブログで透析についての情報を発信されています。とてもためになりますし、自施設の医師も登場していますのでみなさんも是非ご覧になってみて下さい。



バンザイさんの著書
「透析バンザイ」 出版社イーホープ



政金先生



伊東先生