

# やまざくら

## 透析患者さんの皆さんへ!!

3月6日より2ヵ月に1回のペースで「透析センター便り やまざくら」を配布していきたいと思っております。内容としては透析をしている患者さんが疑問に思っていること(例えば、どうして透析しているのに全身がかゆくなるの? 水分量が少ない時に透析時間は短くできないのか? 栄養面で注意すること。など)透析に関する様々な事を書いていく予定です。

また、今月のスタッフ というスペースでは透析患者さんにもっとスタッフについて知って頂きたい! と思い、毎回違うスタッフがプライベートの事や仕事の事を書いていきます。

質問コーナーには普段直接スタッフには言えない事や不安な事、ギモンなどを書いて頂けるスペースになっています。各自で用意した紙に書いてもOK! またはこの紙を切り取って頂いてもOKです! 皆さんから頂いた質問やスタッフに対する思いなどは今後、参考にしていきたいと思っております。温かい、ほほえみのある透析センターを目指して透析センタースタッフ一同頑張っています。よろしくおねがいします。

## 透析患者さんがギモンに思うQ&A

### Q1. 体がかゆくて困っています

- A1.原因
1. 乾燥によるもの
  2. 体にたまった毒素の量がまだ多い
  3. 神経系のもの ... などがああります



### 体の外側の原因で一番多い乾燥について!

- ★透析患者さんは腎機能が上手く働かないために汗が出にくかったり透析の除水による皮膚の乾燥が生じてしまいます。
- ★乾燥した皮膚をそのままにしておくとかゆみ神経が敏感になり余計にかゆくなります。

### 対策

- ① やっぱり保湿が一番! 市販の保湿クリームでも十分良い効果があります。
- ② お風呂では... 体をゴシゴシこすらない お湯はぬるめ



### 体の内側の原因について!

- ★血液に含まれるカルシウム(Ca), リン(P), PTHの増加がかゆみにつながるとされていますがその詳しい原因についてはわかりません。
- ★また透析が不十分だと体内に蓄積した毒素によるかゆみが高率にみられることがわかっています。

### 対策

- ★Ca, P, PTHは透析中に入れる又は内服するお薬でコントロールしていますが、特にPは食事による影響を大きく受けます。
- ★毒素を蓄積させないために透析時間の延長、ダイアライザ(膜)を大きくする、血流量の増加などが必要となります。

●気軽に質問コーナー●