

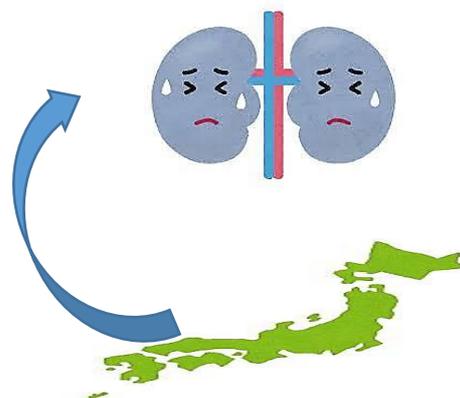
腎移植の現状

医療法人 小金井中央病院
外科部長 藤原 岳人

腎臓病が増えています…

【はじめに】

慢性腎臓病などの腎臓病が原因で、血液透析が必要な方は全国で320万人（2014年12月）、年間6000人程度増加し続けているのが日本の現状です。血液透析は末期腎不全患者さんを救う有効な治療法であることは間違いありませんが、もう一つの方法として腎移植という治療法があるのをご存じでしょうか。



自治医大で腎移植も担当していた者としてご紹介させていただきます。

【腎移植と透析の違い】

腎移植と透析治療との大きな違いは、まず腎移植はドナー（腎臓提供者）が必要であるということです。生体腎移植は両親・兄弟・子供・配偶者などから2つある腎臓の1つをもらう方法で、献腎移植は病気や怪我で亡くなった他人から腎臓をもらう方法です。どちらも提供者が必要です。

腎移植を行った後は月1回程度の通院で、ある程度の食事制限はありますが、水分制限からは解放されます。血液透析の場合は週1～3回通院が必要で、しっかりとした水分・食事制限が必要となります。



腎移植を行うと免疫抑制剤の内服が必要となり、感染症にかかりやすくなることを心配される方も多いですが、免疫抑制剤は移植後の1年間、特に最初の1ヶ月は多くの薬剤を使用しますが、それ以降は減量し最小限の薬剤となりますのでそれほど心配するものではありません。また腎移植後、妊娠・出産も可能になります。



最近の移植成績は生体腎移植で5年生着率91.0%、10年生着率74.6%、生存率は5年で96.7%、10年で92.0%と昔に比べ格段に良くなっています。一方で血液透析患者さんの10年生存率は40%以下であり、免疫抑制剤を内服していても移植後の方のほうが明らかに長生きできます。



【腎移植の進歩】

近年では免疫抑制剤の進歩により、血液型不適合の方でも移植が可能となり、血縁のない夫婦間でも移植ができるようになりました。また、移植成績の向上から腎臓が悪くなってきた時に透析をせずに腎移植をする方も増えてきています。

【おわりに】

もっと腎移植について話を聞きたいけれど、大学病院へ行くのはちょっと・・・という方は私の外来を受診くださればお話だけでもできますのでご遠慮なくどうぞ。



スキンテアについて

医療法人 小金井中央病院
南棟看護師長 中嶋 章子

【スキンテアとは】

摩擦やずれによって皮膚が裂けた状態の事で、皮膚裂傷ともいいます。高齢者の皮膚は弱く、少しのことでも傷つくことがありますので注意しましょう



【スキンテア起こる原因】

スキンテアは加齢などで皮膚が弱くなっていると、何気ない日々の行動によって起こります。

また薬の影響でおこりやすくなることもあります。

【スキンテアの予防策】

予防の基本は、皮膚の状態を整え、摩擦・ずれの発生を防ぐことです。

具体的な予防のポイント

① 手足を保護しましょう

衣服は長袖・長ズボン、手袋、アームカバー、レックカバーなど使用し、皮膚を守りましょう（締め付けが強いものは避けましょう）。

② 周囲の環境を整えましょう

ぶつけても大きな衝撃を受けないように、ベッド柵や家具の角にカバーをつけましょう。転びやすい場合は、床に物を置かないようにしましょう。



③ 優しく体を洗いましょう

弱酸性の洗剤を使用しましょう。乾燥が強い場合は保湿剤配合の洗剤を選択しましょう。洗剤はこすらず泡を使って手で洗い、タオルで拭くときは抑えるようにしましょう。洗った後は保湿しましょう。



④ 保湿剤を塗りましょう

低刺激性の保湿剤を1日2回以上、押さえるようにして塗ってください。1日2回の塗布でスキンテアの発生率が50%減少したという報告があります。

⑤ 食事や水分をしっかり取りましょう

⑥ 皮膚を引っ張らないようにしましょう

手足は下から支えるように持ちましょう。握るだけでスキンテアが起こるときがあります。

スキンテアを早期に発見するために

① 1日1回は手足の状態を見ましょう

② 何かにぶついたり、強く擦ったあとはその部位にスキンテアが出来ていないか必ず観察しましょう

③ スキンテアや打ち身を見つけたらなぜできたのか考えてみましょう

スキンテアが発生したら

① 圧迫して血を止めましょう

② 流水で洗い流しましょう

③ 白色ワセリンと非固着性ガーゼで保護しましょう

④ 医療用テープなどの粘着性の強いテープでの固定は避けましょう

⑤ 医療者に相談しましょう

