

カリウムについて

医療法人 小金井中央病院
副院長 海野 鉄男

夏から秋にかけて果物の美味しい
季節となってまいりました！！



今回はそんな果物に多く含まれるカリウムのお話です。カリウムは広く食品に含まれますが、特にバナナ、メロン、アボカドなどの果実類、ほうれん草などの野菜類、さつまいもなどのいも類、大豆や小豆などの豆類、魚類、肉類に多く含まれています。

カリウムの多い食べ物



ナトリウムは細胞外液に多く含まれますが、カリウムは98%が細胞内に存在します。血中のナトリウムが増加すると細胞から水分が出て血液が薄まります。それが原因となり血液量が増え、血液を送り出す強い力が必要となります。すなわち血圧が上がり、高血圧となってしまいます。カリウムを必要量摂ることによりナトリウムの排出を促し、高血圧になるリスクを軽減する効果があると言われています。



体内に吸収されたカリウムは7～9割と大部分が尿として排出され、残り1～3割は便や汗として排出されます。そのため、利尿剤を使用している方や下痢気味の方、汗をかきやすい方などはカリウム不足に気をつける必要があります。



カリウムは健康な人の場合、普通の食生活では摂り過ぎても不要な分は尿として排出されるので心配は要りません。ただし、腎機能低下が進行している人などでは、調整がうまくできず余分なカリウムを排出できないため体内に蓄積されてしまうこともあります。この場合は高カリウム血症になってしまうこともあり注意が必要です。



血液中のカリウムの濃度が高くなると、倦怠感、脱力などの症状や不整脈になったり最悪の場合は心不全を起こしてしまいます。



腎機能がかなり低下している人ではカリウムを取り過ぎないように、まずは食事によって摂取するカリウムを制限する必要があります。普段の食生活で制限できない場合は内服薬でカリウムを吸収しないようにすることもあります。腎機能障害など不安のある方は専門医にご相談ください。

血液浄化療法について

医療法人 小金井中央病院
臨床工学技士 技士長 佐藤 成人

血液浄化療法について

血液浄化法という、一番初めに【血液透析】が思い浮かぶのではないのでしょうか。
血液透析（HD）は腎臓の尿を作る機能が極度に低下した時に、腎臓の代わりに余分な水分や毒素を体から取り除く治療法で、毒素は濃度差を利用して物理的に取り除きます。日本で血液透析を受けている患者さんは、2011年に30万人を超え2015年末には32.4万人となりました。



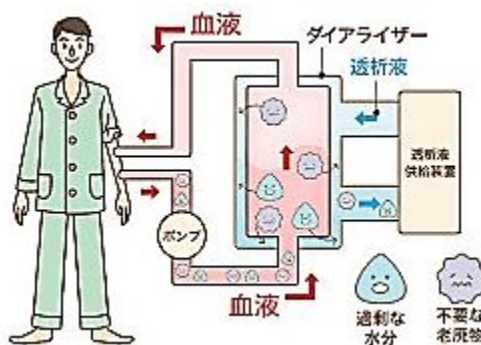
血液透析は世界中で一番行われている【血液浄化療法】なのです。

では、血液浄化療法とは？

血液浄化とは、「血液体外循環法等を用いて、物理学的・化学的・生物学的原理を応用し、血液中の病因物質を除去し、または不足している物質を補給して、疾患の治療や予防を行う医療技術」です。

実際には、血管に針を2本（血液を取る方と返す方で2本）刺して、一方の針に回路と呼ばれるチューブをつなぎ、血液を一時的に体外にポンプで取り出し、血液をフィルターや吸着材の入った筒を過させて、体に悪さをする物質を取り除いています。そして、きれいになった血液をもう一方の針から体に戻しています。

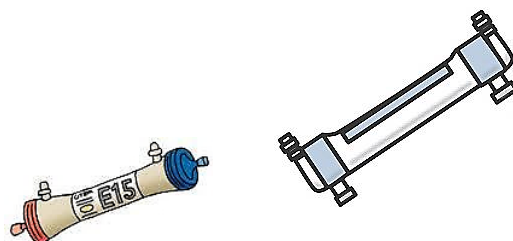
血液浄化方法の一例【血液透析】



病気の種類で取り除く物が違います！

機材・方法を変えて対処します。

血液をきれいにするフィルターや吸着筒は、病気の原因となる物質や体から取り除きたい物質によってたくさんの種類があり、効率よく取り除くために方法も変えて行います。



《血液を直接処理》

- ・腎不全での毒素や老廃物を除去 → 血液透析
- ・潰瘍性大腸炎や悪性関節リウマチの症状緩和 → 白血球除去
- ・体の細菌から生じた毒素を除去 → エンドトキシン吸着等

《血漿に分離してから処理》

- ・悪玉コレステロールを取り除く（家族性高コレステロール血症など）
→ LDL吸着
- ・ビリルビンを取り除く（高ビリルビン血症など）→ビリルビン吸着等

小金井中央病院の透析室においても、通常透析より効率的なオンライン血液ろ過透析を全員におこなっています。できるだけ体に辛くなく、5年10年後の合併症のリスクを下げられる様、個々に対応した血液浄化に努めています。

小金井中央病院ホームページ

<http://www.koganei-chuo-hp.com>