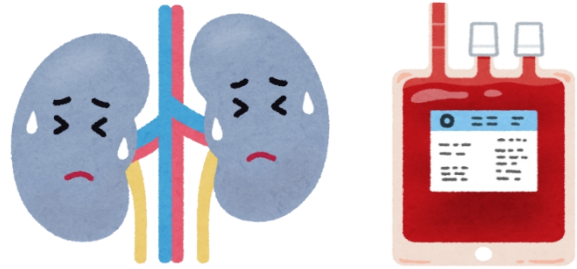


透析だより VOL 9

今回は貧血について、

★貧血とは何か

★なぜ腎臓が悪いと貧血になりやすいのか
の内容についてお便りします



【貧血】

赤血球の中にあるヘモグロビン（Hb）は全身に酸素を運ぶという重要な役割を担っており、Hb値が減少するということは酸素が足りなくなることと同じ状態になります。したがって貧血になると、酸素を多く取り込むため呼吸を増やすことで息切れを感じたり、酸素を少しでも多く運ぶため心拍数を増やすことで動悸を感じたり、酸素不足によりだるさを感じる、フラフラする、などの症状が出てきます。

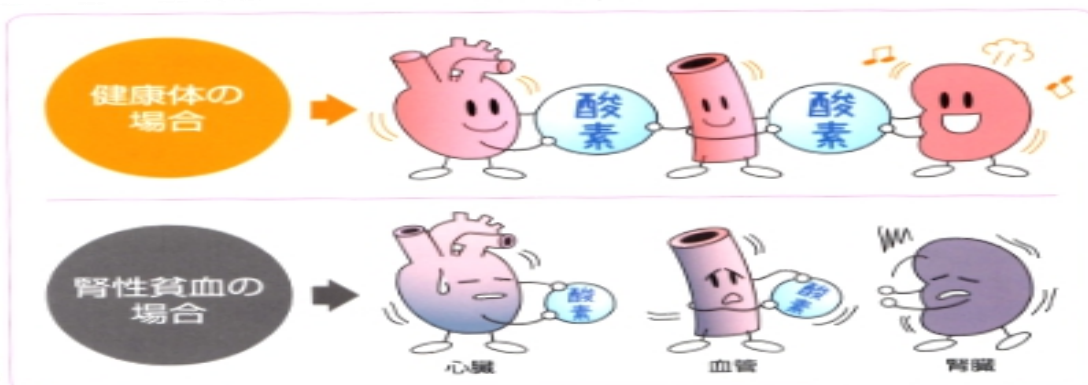
【腎性貧血】

腎臓は、赤血球を造るエリスロポエチン（EPO）というホルモンを作っています。このEPOの指令により骨の中の骨髓というところで赤血球が造られます。よって腎臓の機能が悪くなるとEPOの産生・分泌が低下し、赤血球が造られるのを妨げられます。



△腎性貧血になると心臓や腎臓への負担が大きくなります△

腎臓の働きが低下すると体に酸素が十分にいきわたらなくなり、心臓への負担が大きくなります。心臓への負担がかかれば、それは腎臓にも負担がかかります。そのため心臓と腎臓はお互いに影響しあっており、悪循環が続くと心筋梗塞や心不全、脳卒中などの心血管系疾患を発症します。



【腎性貧血の治療】

☆薬物療法 透析時にエポエチンやダルベポエチン、フェジンなどを投与による治療を行います。

☆食事療法 ⑤鉄を含む食材はリンやカリウムを多く含む食材も多く、栄養士さんに相談しながらバランスの良い食事や工夫が大切です。

また内服薬で、リンやカリウムのコントロールをしながら食事を楽しみましょう。そして尿毒素を取り除くため十分な透析を行うことが大切です。

検査名	説明	正常値
赤血球（R B C）	血液の細胞成分です。 全身に酸素を運搬し、二酸化炭素を回収する役割を担っています。 出血したり、血液をつくる機能が低下したりすると減少します	300～360万個/mm ³
ヘモグロビン	赤血球内に鉄と結合して存在する物質（たんぱく質）で酸素と二酸化炭素の交換をスムーズに行うために必要です。透析不足や慢性炎症、悪性腫瘍、栄養不足、消化管出血、腎性貧血などで低下します。	10～12g/dl
ヘマトクリット	血液全体量に対する赤血球の占める割合を、%であらわしたもので、貧血の程度をみる指標です	30～33%
血清鉄（F e）	赤血球をつくるための材料で、少ないと赤血球がつくられにくくなり、貧血が進みます	70～200 μg/dl
血清フェリチン	フェリチンはその中に鉄を収容できるたんぱく質で、ほぼ全身に分布して、鉄の貯蔵を行っています。 体内で鉄が減少すると、まず貯蔵鉄から利用されるため、血清鉄値よりも早期に低下します。	100～300ng/ml

⚠貧血がすすむと

症状として、めまい、立ち眩み、動悸、疲れやすい、息切れがおこります。

急な起き上がりや過度の運動は避けるようにしましょう。

☆多転倒などにもつながるため注意が必要です☆

貧血とは逆に血が濃くなりすぎると血管内で目詰まりをおこし、脳梗塞などのリスクにつながります。また、透析中にダイアライザーが詰まる原因となったりするため注意が必要です。2020. 7

