

ふれあい

2017.7.25
No.209

発行：ふれあい編集委員会 〒220-0011 横浜市西区高島 2-6-32 善仁会グループ TEL:045(453)6772 ホームページ www.zenjinkai.or.jp

特集 旅行透析 はじめて相談

お仕事での出張や、観光旅行、ふるさとへの帰郷など、普段と異なる場所や施設で透析を受ける「旅行透析・臨時透析」の基礎知識をまとめました。

●よくわかる透析の基礎知識 透析療法と予後③



心のかよう医療・福祉を患者さま、お客さまへ
善仁会グループ

特集 旅行透析 はじめて相談

帰省や出張、旅行などによる普段と異なる施設での「旅行透析・臨時透析」。東日本大震災以降、越境も含めた別環境での透析を経験されておくことは、災害対策の面からも見直されています。まずは、旅行透析・臨時透析にまつわる素朴な疑問にお答えいたします。



回答者：
三多摩エリア
エリアマネージャー
看護部 係長
梅本 明子

「旅行プランが決まりましたら、お早めに施設職員にご相談ください。ゆとりを持って無理のない計画が望ましいです。楽しい思い出となるご旅行であること、そしてお変わりなく元気にご帰宅されることが透析施設職員一同の願いです。」

【施設探しは、どのようにすればいいですか？】

- ①旅行プランに合わせて、宿泊先から近い透析設備のある医療機関をインターネットなどで検索してください。
- ②通院されている施設の看護師に旅行プランをお伝えください。施設探しでお困りの場合、施設リストのコピーをお渡しいたしますので、ご相談ください。
- ③希望施設に連絡し、受け入れの相談・予約。施設によっては紹介状・透析情報を先に閲覧してから受け入れの決定をする場合もあります。依頼先施設を遅くとも旅行予定の1週間前までには決定していると、受け入れの準備もスムーズです。

【透析情報の受け渡し方法を教えてください。】

原則、依頼先の施設に確認をお願いいたします。指定がない場合、利用予定日の1週間前を目安に現在通院されている施設から依頼先の施設へ必要な情報(書類)をFAXで送信する場合があります。

旅行前の最終透析日に「紹介状」「透析条件」「透析経過表」「処方内容」「検査データ」などを同封してお渡ししますので、依頼先の施設へ持参してください。

【旅行中の体重管理が心配です。】

外食は塩分が多くなりがちですので、水分摂取量にご注意ください。ビュッフェ等の場合は盛り付けの工夫により取りすぎを防ぐなど注意をお願いいたします。宿泊先に大浴場がある場合、体重計が設置されていることが多いので適時確認されることもおすすめです。

【旅行中も薬を服用するべきですか？ また旅行中に体調不良になった時はどうすればいいでしょうか？】

原則、指示通りの服薬をお願いいたします。旅行の目的により、旅行期間・食習慣・疲労度などの影響が心配される場合、担当医または看護師にご相談ください。定期処方薬の調整、服薬・食事相談などさせていただきます。旅行中に異変を感じる体調変化がある場合、依頼先施設の職員にご相談いただくか、早めに透析設備のある医療機関の受診(総合病院・救急外来など)をお願いいたします。

旅行中の注意事項は、旅行前に医師または看護師に確認されておくことをおすすめいたします。

旅行透析 患者さま体験談



中田駅前泉クリニック
高橋 和子さん



旅のデータ

- 目的地：秋田県横手市
- 旅の目的：帰省
- 旅行先滞在期間：1ヵ月
- 特に注意したこと：受入れ先病院との連絡



私の古里は、秋田県横手市という盆地です。夏は暑く、冬は雪深く寒い土地柄で、山河に恵まれた街でもあります。ある時、帰省する必要が出まして、透析をしている病院を探さなくてはならなくなりました。そこで実家の近隣にある「横手市民病院」に電話で相談し、快く承諾をいただきました。病院には今の私の透析状態をファックスで送りましたが、何分初めて

の所ですので、不安もありました。

行ってみると透析室は明るく広く、とても良い環境でした。驚いたのは、スタッフ全員がゴーグルのような眼鏡をかけていた点です。雰囲気良く、清潔感もあり、看護師の方々も親切で、以降、帰省するたびに毎回お世話になっています。

旅行透析 患者さま体験談



横浜第一病院
匿名希望さん



旅のデータ

- 目的地：全国いろいろ
- 旅の目的：旅行
- 旅行先滞在期間：不定
- 特に注意したこと：旅行行程と透析日時の調整



私の旅行透析は、まずはある程度の旅行日程を決め、インターネットで旅行先近くの病院検索から始まります。条件に合った病院が見つかったら、自分で電話して予約を行います。都市部では、平日は毎日対応して頂けたり、夜間対応の施設も多いのですが、地方だと隔日の午前のみであったりと希望の時間に予約できないこともあります。その際は、旅行日程の変更を余儀なくされることもあります

が、経験上、諦めずに探すとほぼ必ず見つかるように思います。予約を終えたら、普段通っているクリニックに旅行透析の予約をした旨を伝え、あとは当日を待つのみです。

旅行透析は、団体旅行だと融通が利かず難しい場合があるので、私はもっぱら個人で旅行計画を立てています。全国どこに行っても病院がある、というのはありがたいな～と感じています。

旅行透析 患者さま体験談



横浜東口腎クリニック
鎌田 淳さん



旅のデータ

- 目的地：福井県
- 旅の目的：観光
- 旅行先滞在期間：3日
- 特に注意したこと：特になし



まず、インターネットで目的地周辺の透析施設を調べ、良さそうな場所があったら電話します。その時に、施設側に透析希望日を伝えます。最初に聞かれるのは透析時間と、シャントがどちらの腕にあるのか、です。次にこちらの要望を伝えます。施設からは「今の透析情報を送ってください」と言われます。

旅行日程を決めたら、その約2ヵ月前には旅行先の病院に連絡をしておくとい

かと思います。自分にとって、希望通りの透析ができるかどうかは、実際に問い合わせる病院側に聞くのが一番です。

「旅行透析」という個人の透析情報と宿泊地を連絡すれば、48時間以内に回答してくれるサイトもあります。それ以外にも、透析患者の海外旅行手配を行っている会社もありますので、これを機会に旅行を楽しんでみるのはいかがでしょうか？

旅行透析 患者さま体験談



海老名クリニック
大浦 利幸さん



旅のデータ

- 目的地：長崎県西海市
- 旅の目的：家内の実家への里帰り
- 旅行先滞在期間：8日
- 特に注意したこと：飲食と体重管理

私の家内の実家は、長崎県西海市という造船とトマトで有名な所です。周囲を海で囲まれた、景観に富んだ良い所です。5月の連休を使って、車で道中2日をかけて向かいました。飲み物と食べ物に気を遣いながら、倉敷で一泊ほど滞在もしました。

旅行透析は何度か経験していたので、いつものように目的地付近の病院に電話した所、満床で断られてしまいました。そこでかなり以前に透析を行ってもらった「佐

世保中央病院」に連絡し、受け入れて頂きました。前回お世話になってからずいぶん年数が経っていたので不安もありましたが、看護師さんは丁寧で私のことを覚えていてくださりました。患者さんにも親切にして頂いたりもしました。また来年もお世話になろうと思っています。



知っておきたい!

旅行透析と保険証・医療証の 基礎知識



旅行透析・臨時透析を行うにあたって、一般的な保険証・医療証の取り扱いについて一覽にしました。お持ちの保険証・医療証と照らし合わせてご活用ください。

旅行先	利用できる 保険証・医療証	指定医療機関で 利用できる医療証	東京都の医療機関、または 東京都と契約をしている 医療機関で利用できる 医療証
お住まいの 都道府県内の場合	<ul style="list-style-type: none"> 健康保険証 ※特定疾病療養受療証 限度額適用認定証 重度障害者医療証 障 医療証 	<ul style="list-style-type: none"> 特定医療費 (指定難病) 医療受給者証 ※自立支援 (更生医療) 受給者証 	<ul style="list-style-type: none"> 東京都 都 医療券
お住まいの 都道府県外の場合	<ul style="list-style-type: none"> 健康保険証 限度額適用認定証 ※特定疾病療養受療証 		
海外旅行の場合	<ul style="list-style-type: none"> 海外では健康保険が使用できません。 渡航先で透析を受ける場合、一旦現地で全額をお支払いし、帰国後に申請を行うと支払った医療費の一部が還付されます。事前に海外療養費の申請書類を健康保険の窓口で受け取り、準備をしましょう。 		

※特定疾病療養受療証は全国どの医療機関でも使用できます。所得により一部負担金の上限額は1万円又は2万円となりますが1ヶ月以内であれば、ひとつの医療機関で一部負担金がこの額を超えることはありません。透析を導入された場合は取得をお勧めしています。

※生活保護を受けている方、更生医療券をお持ちの方は、旅行される医療機関及び市区町村の各担当部署に予めご相談ください。

※上記は一般的な保険証と医療証の取り扱いを掲載しています。各都道府県や医療機関、個々に使用している保険により異なりますので、ご不明な点等ありましたらスタッフまでお問い合わせください。

よくわかるる 透析の基礎知識

透析療法と予後③

～血液流量・ダイアライザー～

横浜第一病院

院長 大山 邦雄

前回の「ふれあい」で、QOLの改善、合併症の防止、長期予後の改善を目指す最適な透析療法を「至適透析」というと述べました。そして、至適透析を達成するための条件（透析条件）と指標として、「透析時間4時間以上」と「 Kt/V 1.4以上」が必要でした。今回は Kt/V を1.4以上に維持するための方法として、血液透析（HD）の血液流量とダイアライザーの膜面積について述べます。

1. 血液流量(Qb)と予後

患者さまがHDを開始するときには、血液を透析器（ダイアライザー）に通して体内に戻すために2本の針をシャント血管に刺して、血液回路につなぎます。次に動脈側の針から透析器のポンプによって血液を取り出してダイアライザーを通し、静脈側の針から体内に戻します。この時、血液を取り出すポンプの回転速度により血液回路～ダイアライザーの中を流れる速度（血液流量 Q_b ）を調節します。この速度が高ければ高いほど、ダイアライザーで浄化される血液量が増えるわけで、透析効率が上がることとなります。即ち、 Q_b

によって、1回のHD（約4時間）で浄化される量が決まることとなります。

実際のHDではどうでしょうか。HDを導入された初期では、不均衡症候群を防ぐため、 Q_b は100ml/分というゆっくりした速度で導入して行きますが、安定した維持透析では150～250ml/分が一般的です。 Q_b を増やすことにより、1回の透析量が増加し、 Kt/V の上昇が期待できます。

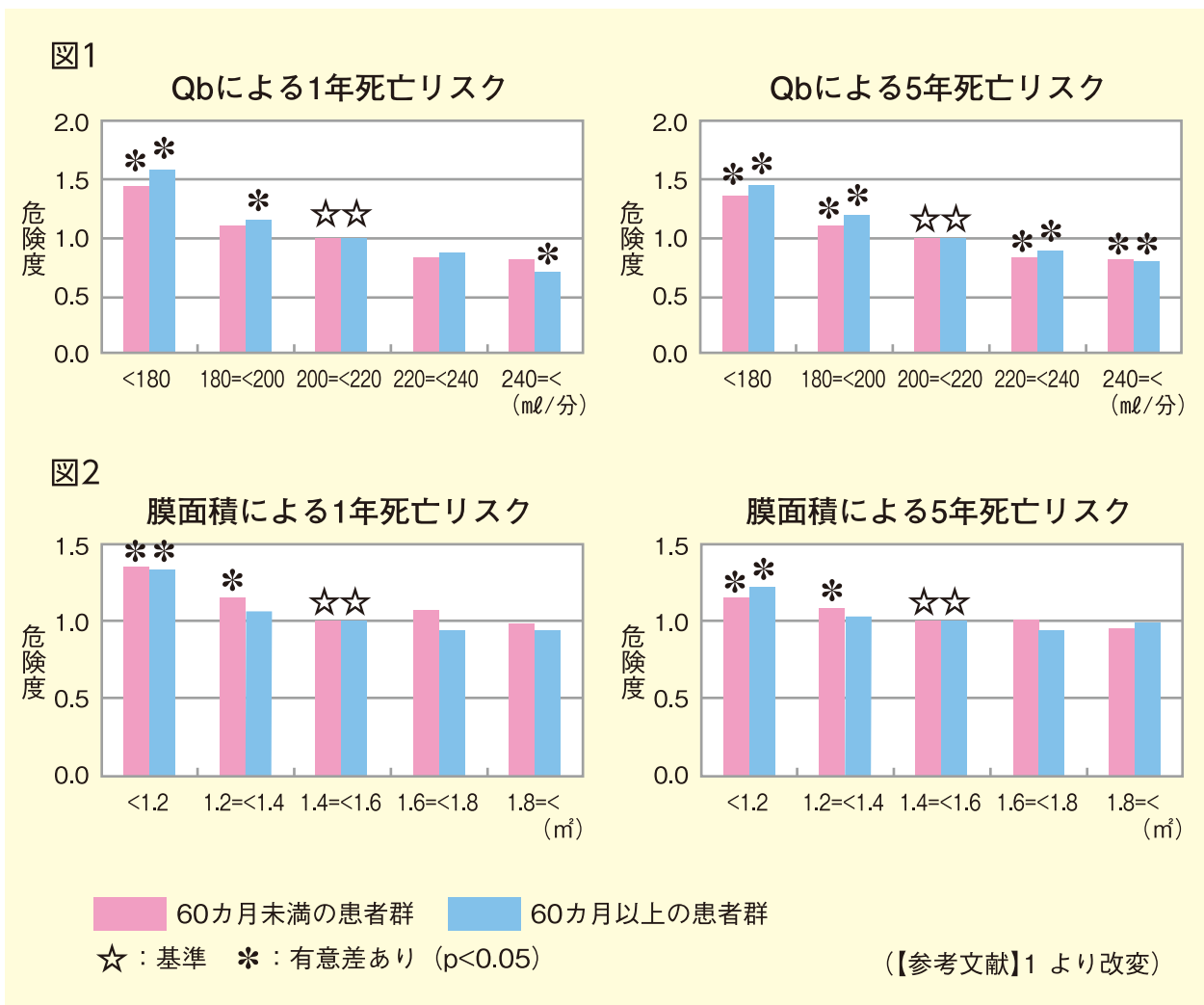
透析医学会の統計調査では、 Q_b 200～220ml/分を基準として、それより少ない Q_b では死亡リスクが高く、多ければ死亡リスクが低い傾向が示されています（図1）。

2. ダイアライザーの大きさ(膜面積)と予後

次に、HDの本体ともいえるダイアライザーの大きさ（膜面積）についてです。血液がダイアライザーを通るときに、血液が接する透析膜の面積の合計を膜面積と言います。この膜面積が大きい程、通過する血液の浄化量が増すこととなります。よって、膜面積が大きい程、透析効率（ Kt/V ）が増加します。 Q_b と同様に透析医学会の統計調査では、膜面積1.4～1.6 m^2 を基準にすると、それより小さい膜面積では死亡リスクがやや高く、1.4以上では死亡リスクは変わらなかったことが示されています（図2）。

3. 血液流量と膜面積の限界

血液流量と膜面積は患者さまの全身状態、体格、血圧の状態などにより決められていきます。特に心機能の悪い方、血圧の低い方、血圧が下が



りやすい方は血液流量を下げ、膜面積を小さくして心臓の負担や血圧への影響を軽減する必要があります。この様なときに透析効率を上げるには、透析時間を延ばすしかありません。

4. 透析療法(透析条件)と予後のまとめ

これまで、3回にわたって述べてきましたように、透析患者さまの予後は透析時間と透析効率 (Kt/V) に影響されます。そして、Kt/Vは血液量とダイアライザーの膜面積で変わり

ます。透析時間4時間以上、Kt/V1.4以上で予後の改善が期待できます。心機能、低血圧などで血液流量や膜面積を増やせない方は透析時間を4時間から5時間に増やすことを考える必要があります。このようにして、QOLを保ち、快適な透析ライフを過ごすために、「至適透析」を維持できるように、患者さまも医療者側も協力して考えていかななくてはなりません。

【参考文献】1. 鈴木一之ら：血液透析条件・透析量と生命予後—日本透析医学会の統計調査結果から—日本透析医学会雑誌43(7)：551～559、2010



災害Q&A

いざという時に備えて知りたい! 知っておきたいこと。
万が一、災害に遭ったときの「どうすれば?」にお答えします。



災害時の避難場所がどこか、 施設ごとに決まっているのですか?



地域での割り当てに沿って、各施設で避難場所を定めています。「避難場所」には一時的に集まる「一時(いつとき)避難場所」、広域火災に備えた「広域避難場所」などがあります。災害の種類(地震・風水害・土砂災害等)により、指定が異なる場合もあります。

避難場所の地図をお配りし、災害手帳に挟むように患者の皆さまにお願いしている施設もあります。詳細については防災訓練の際にも、場所についての説明があるかと思えます。施設から案内があった際には、ぜひご家族にもご周知ください。また、大規模災害時にはご家族と連絡が取れなくなることも考えられますので、「こういう時にはここに行く」と家族で話し合い、災害時の行動を決めておきましょう。



「雨上がり アジサイ光る 夏の午後」(宮崎)

横浜第一病院バスキュラーアクセスセンター

バスキュラーアクセスに専門的かつ総合的に対応するセンターとして、最新の医療技術、設備のもと、迅速な診断、長期に安定したバスキュラーアクセスの作製、維持に取り組んでいます。



センター長 笹川 成

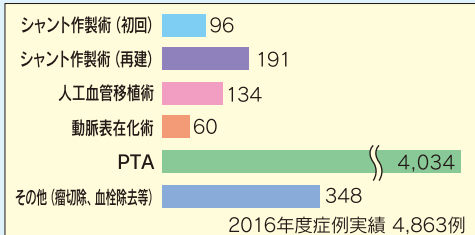


診療時間 午前9:00~15:30

休診日 日曜・年末年始

予約制 バスキュラーアクセス外来の診療は予約制となっております。ご来院前にお電話でお問い合わせください。(緊急を要する場合は別途ご相談ください。)

●横浜第一病院バスキュラーアクセス関連手術実績



専用電話 : 045-453-6709 FAX : 045-453-6701

東京・吉祥寺あさひ病院でのバスキュラーアクセスのご相談については、
【電話 : 0422-22-1120 / FAX : 0422-22-1080】にて承っております。