

2016年02月号

さくら

発行：偕行会透析医療事業部 さくら編集委

『ドライウェイトについて知っていただきたいこと』

偕行会グループ 透析事業本部長・(医社)偕翔会 理事長

さいたまほのかクリニック 院長 堀川 和裕

透析治療を行う上で、ドライウェイト(基準となる体重)を決めておくことは必ず必要です。その体重を目標としてどのくらい除水をするかを計算するからです。そのドライウェイトはどのように決めるのでしょうか? 「ドライウェイトが自分の考えている、あるいは感じている体重と違っている気がするが、本当に合っているのか」と言うご質問もよくお聞きします。そこで、ドライウェイトについて説明をいたします。



●ドライウェイトとは

ドライウェイトは透析治療の際に設定される体重のことで、皆さんもよく耳にされている言葉だと思います。よく DW(Dry Weight)と略されます。その DW の定義ですが「透析治療後に、体に貯まっている

過剰な水分が除去された状態の体重」とするのが一般的とされます。

どうして DW をきちんと決めておくことが大切なのでしょう。それは、心臓に負担をかけないためです。DW が本来の値よりも多すぎる (DW が甘い) と、水分が余っていることになります。この余っている水分の何割かは血管の中にあり、心臓に負担をかけるのです。反対に DW が本来の値よりも少なすぎる (DW がきつい) と、透析を行うたびに脱水になります。脱水状態になると血圧下降を来しやすく、心臓をはじめ、お体全体に負担をかけることになります。

●ドライウェイトの決め方



それではその DW をどのように決めるかですが、何か一つの指標から DW を決めることはできません。以下に列挙しますが、様々な指標や検査結果などから総合的に決めていきます。

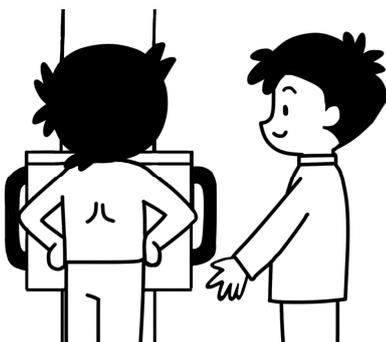
(1) 体調

平常時の血圧が高なくて、透析中や透析後に極端な血圧低下がない、透析後に強い倦怠感がない、むくみがない、透析中や直後の下肢攣れ (こむら返り) がない、などが目安となります。



(2) 胸部レントゲン

心胸比が大きくない、肺うっ血や胸水がないことを確認します。心胸比は、何回か前のレントゲンと比較して大きくなってきていないことを確かめることも大切です。

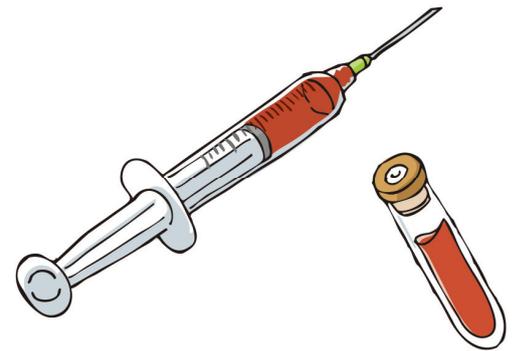


(3) 心エコー・腹部エコー（超音波検査）

心臓の内腔が大きくない、下大静脈という血管が太くなりすぎていることが大切です。胸部レントゲンでも確認しますが、胸水の有無は超音波検査でも確認できます。また、心嚢液と言いますが、心臓の回りに水が貯まっていないかどうかもチェックします。

(4) 血液検査

ヘマトクリットやアルブミンという項目を透析前後で採血して、血液の極端な濃縮がないかどうかをチェックします。また、ANP（心房性ナトリウムペプチド）という検査をDWの指標として使うこともあります。



(5) その他

クリットラインという機器を用いて、透析中の血液の濃縮具合を連続的に測定して、DWを決める際の参考にすることがあります。また、生体インピーダンス法（ヘルスマーターに体脂肪を測定する機能が付いているものがありますが、その体脂肪の測定にこの原理を使っています）を用いた機器での測定結果を参考にすることも行われています。

「体調」という項目を一番目にさせていただきましたが、体調が最優先されるということではありません。たとえば、透析をお受けになるとしばしば足が攣る方がいらっしゃいます。血圧が大幅に下がる方もいらっしゃいます。こういった場合、DWが合っていない（きつい）可能性もありますが、増えすぎている可能性の方が大きいと思われると思います。これについては、後でもう一度触れます。

DWを決める上で大切なことは、たびたび見直しをすることです。

先にも書きましたが、DW は何か一つの検査結果からピタッと決められるのではありません。また、お痩せになったりお太りになったりして、DW が合わなくなることもよくあります。したがって、DW は一度決めたらずっとそのまま、というのではなくしょっちゅう見直しをして、再設定することが重要です。

また、過去にとらわれないこともとても大切なことです。DW を決めていく際に、「若くて元気なころは体重が何kgだった」とか、透析が始まった後でも「何年か前の体調がいい時には DW は何 kg だった」と言うお話をよく聞きます。大事なのは、過去ではなく今のお体の状態です。今のお体から、余分な水分を取り除いたら何 kg になるかを考えるのが DW を決めることです。過去にはもっと太っていた、あるいはもっと痩せていた、と言うのはあまり有力な情報とはなりません。

●適切なドライウェイトが設定できたとしても

DW がきちんと決められれば、心臓に負担がかからないか、と言えばそうではありません。心臓に負担をかけないためには、DW を適切に決めた上で、水分管理もきちんと行っていただく必要があります。DW が適切であっても、透析間での体重の増加が多ければ、その増加した水分が心臓に負担をかけます。また、たくさん除水をすると血圧が下がりやすくなり、やはりこれも心臓に負担をかけます。

ご自身の心臓を守るために、中2日空いた時の体重増加をDWの5%以内におさめることができるよう、ぜひ、水分管理をきちんとしていただきたいと思います。水分制限のためには、塩分制限が必ず必要ですから、まずは塩分制限を心がけるようにして下さい。