



日常生活で息切れはありませんか？

～その息切れは腎性貧血から？～



医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

最近、猛烈に暑いですね。皆様、体調はお変わりありませんか？

さて、ワクチン4回目が始まりましたが、当院ではコールセンターを通して予約接種としていますが、やはりファイザー製のワクチンは少なく、「モデルナ製」メインになってきています。当院では、出来るだけファイザー製をと考えておりますが、入荷状況ではモデルナ製となることもご了承ください（ワクチンの種類は、コールセンターでの予約時にどちらかが分かります）。ちなみに、5回目のワクチンについて取沙汰されていますが、オミクロン株以降は「致死率」が従来のインフルエンザ以下となっており、ただの風邪と考えれば積極的な接種は不要ではないかと思っています。

さて、以前取り上げた慢性腎臓病（CKD）では脳卒中や心筋梗塞など心血管病発症のリスクが高まります。更には慢性腎臓病（CKD）が進行して「腎不全」になると、体内から老廃物を除去できなくなり、最終的には透析や腎臓移植が必要になります。

透析療法では腎臓の代わりに、人工的に体内の老廃物や余分な水分を取り除き、体内のイオンバランスを調整します。透析療法には血液透析と腹膜透析の2つの種類があり、どちらを選ぶかは医師と相談のうえ症状などに応じて決定します。どちらの方法でも腎臓の機能を完全に代替することはできないので、日常生活では食事・水分摂取には注意が必要です。

ところで、腎臓はさまざまなホルモンを分泌しています。そのひとつに赤血球をつくるはたらきを促進するエリスロポエチンというホルモンがあります。慢性腎臓病～腎不全では、エリスロポエチンの分泌が減り、赤血球をつくる能力が低下し「腎性貧血」になります。

一般的な貧血として、体の鉄が不足してヘモグロビンの産生が不十分になる「鉄欠乏性貧血」がありますが、「腎性貧血」とは原因が異なり治療方法も違います。一般的な貧血は鉄を補給すればよいといわれますが、腎性貧血は鉄剤だけを補給しても改善しにくいと考えられています。

赤血球が減り「腎性貧血」になると体のすみずみにまで酸素を運べなくなり、疲れやすい・動悸・息切れ・めまいなどの症状があらわれます。ところが、この貧血は徐々に進行するので、体が慣れてしまって気がつかないケースがあり、注意が必要です。さらに貧血が強いほど末期腎不全になる割合が高いといわれています。

（裏面へ続く→）

腎性貧血の治療として、エリスロポエチンの分泌不足を補う注射薬や、体内のエリスロポエチン産生を促す内服薬による治療が行われます。また、あわせて食事療法や鉄剤の投与も行われます。慢性腎臓病（CKD）患者さんに推奨される治療目標値はヘモグロビン値 11g/dL～13g/dL の範囲内に収まるよう投薬量を調整します。ただ、最終的には個々の患者さんの病態にあわせて目標値は設定されます。心臓や血管などに重篤な疾患がある患者さんや、医学的に必要のある患者さんには、ヘモグロビン値 12g/dL を超えないようにします。

表1 腎性貧血ガイドライン

1. 貧血の診断基準(一般)

	60歳未満	60歳以上70歳未満	70歳以上
男性(Hb値)	<13.5g/dl	<12.0 g/dl	<11.0 g/dl
女性(Hb値)	<11.5 g/dl	<10.5 g/dl	<10.5 g/dl

2. 透析患者の腎性貧血維持基準

目標Hb値 (週初めの採血)	10 g/dl以上、12 g/dl未満
-------------------	---------------------

3. 保存期慢性腎不全 腎性貧血維持基準

目標Hb値	11g/dl以上、13g/dl未満
-------	-------------------

腎性貧血を治療することで、疲れやすい、動悸・息切れといった症状が改善するほか、心臓のはたらきも改善し、早い時期から貧血治療をすることにより CKD の進行を抑えることが期待できるなどの報告もあります。

いつもと違って今年の夏は堪えるなど思っている方で、貧血を指摘されている方は、再度データの見直しを考えてみては如何でしょうか？案外貧血の進行があるかもしれません。

夏 季 休 診 の お 知 ら せ

下記の日程において、夏季休診とさせていただきます。

ご不便をおかけしまして、大変申し訳ございませんが、ご了承ください。

8月11日(木) ～ 8月15日(月)

※定期薬の処方を受けておられる方はお気をつけください。



◆ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 7-13 tel. 0798-81-1192

◆ 居宅介護支援事業所
デイサービスセンター **ふくろう**

〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 6-20 1F デイ 3F 居宅
tel. 0798-40-9500(居宅) 0798-49-7670(デイ)