

## 1

透析患者の  
合併症

## 高血圧

透析における様々な合併症として今回は「高血圧」です。

### 高血圧とはどんな病気？

高血圧は、透析患者さんにもっともよくみられる合併症で、透析導入期の患者さんの80%、透析維持期の患者さんの60%にみられるといわれています。高血圧は、脳血管障害、心筋梗塞、心不全、慢性腎臓病の罹患率や、死亡率を上昇させることがわかっており、適切な血圧管理の下、これらの重篤な合併症を予防する必要性があります。

### 原因は？

透析患者さんでは、一般的な高血圧の危険因子である加齢、塩分摂取、ストレス、過労、運動不足、肥満、遺伝子要因などに加え、体液過剰、レニン-アンジオテンシン系の亢進、交感神経の賦活、エリスロポエチン製剤、血管拡張物質などが原因になります。とくに重要なのは体液過剰で、過剰な塩分摂取、不適正なドライウエイトが関与しています。

### こんな治療を行います

塩分制限がもっとも重要で、1日の塩分摂取量6g未満を目標とします。一つの目安として、透析間（中1日）の体重増加をドライウエイトの3～5%以内に抑えるとよいとされています。次に、適正なドライウエイトを設定します。降圧薬は、これらを十分行っても高血圧が持続する場合に使用します。

### 早期発見と予防 こんな症状があれば医療スタッフにすぐ報告を

最近になり、家庭で測定された血圧（家庭血圧）のほうが、透析前に測定された血圧よりも治療効果や生命予後をよく反映することがわかってきました。毎日、家庭血圧を測定して血圧手帳を透析室に持参して下さい。高血圧の早期発見と合併症の予防に非常に有用です。また、通常は高血圧のみであれば緊急性はありませんが、何らかの症状を伴う場合は、スタッフに伝えてください。また塩分制限の方法など栄養指導に関する疑問なども、ぜひスタッフに相談してください。