

Q10. 透析時間や回数はどのように決めているのでしょうか。回数・時間を減らすことはできますか。

A. 透析患者さんの透析回数・時間としては、中には週2回の人もありますが、週3回4時間の場合が最も多いと思います。

透析治療が開始された初期のころには、1回の透析時間として6時間以上も行わなければならなかった時期や、その後には短時間透析が模索された時期もありました。しかし、近年は、十分な時間と量の透析を行うことにより体内に貯留した過剰物質を透析療法で十分に除去することが、長期生命予後の改善や、各種の合併症予防の上からも重要であることが、多くの医師の間でコンセンサス（合意）を得ています。そのため、最近では1回4～5時間の透析療法を行う場合も増えています。

では透析時間と回数はどのように決めているかということ、最も透析間隔が開いている時の透析間（透析と次の透析までの間）の体重増加量やカリウム・リン・尿素窒素（BUN）・クレアチニン・ β_2 ミクログロブリンなどの血液データをみて判断します。

つまり最も血液の数値が上昇し、水分が貯留（体重が増加）した時点でも、心不全や肺うっ血などを起こさず、また、高血圧や高カリウム・高リン血症なども許容範囲内に安全に管理できるようにする事が基本です。

その上に、各患者さんの年齢、合併症（主として心機能など）を加味します。高齢者ほど、また心機能が低下している人ほど、透析間の体重増加量が多いと大きな負担がかかります。そのため1回の透析治療あたりの負担を減らすため、透析回数を多く（週2回より週3回、時には週4回）したほうがよいと考えられます。

以上の点から、現在週3回4時間透析の人が、透析回数や透析時間を減らす要件としては、その減らした透析量（透析時間×透析回数）でも透析間の体重増加量を体重の5%以内（高齢者、心機能低下例では体重の3%以内）で、かつ透析前のカリウム・リン・尿素窒素値などが許容範囲内に維持できるのであれば可能だといえます。ただし、以上の条件を満たすために無理をして十分な食事量が摂れない、そのために必要な栄養が摂取できないようであれば減らすべきではありません。

最近の各種の統計上からも、十分な透析量を確保したほうが、生命予後が良い（長生きできる）と確認されています。

医師