

# 高齢で透析を導入した患者に栄養・ 運動介入し、改善がみられた一例



医療法人社団つばさ  
つばさクリニック  
横関 美枝子

# 【背景・目的】



- 透析導入年齢は高齢化し、透析導入直前や入院時にADLが低下してしまった患者をよく経験する。
- 運動機能が著しく低下したサルコペニア状態はQOLの低下を招き、また生命予後が悪いとの報告があるため、**早期の介入**が重要である。
- 今回、ADLが低下した高齢透析導入患者に栄養・運動療法を行い、**運動機能の向上**と介入8か月間で体重を転入時の12%増量した症例について報告する。

# 【症例】 80歳代男性



- 原疾患：腎硬化症
- 既往歴：高血圧症、  
**PAD**（fontaineⅡ度）  
**腰部脊柱管狭窄症**
- 介護度：要介護Ⅱ、杖歩行
- 透析導入3ヵ月後に当院転入（週3回3時間）
- 身長153cm、転入時DW37.4kg（BMI16.0）
- 妻と2人暮らし、子供は別居だが定期的に訪問

# 【方法】

常に賞賛  
と激励!!

【介入期間】 201X年3～201X年10月

## 【栄養介入】

- 週3回の**回診時**に食事摂取状況の確認
- 透析毎の体重増加量や血液検査値を主治医・看護師・臨床工学技士と相談し、栄養指導。家族への情報提供は連絡ノートを使用した
- 栄養補助食品・飲料等の選定、透析中の食事の買い物代行

## 【運動介入】

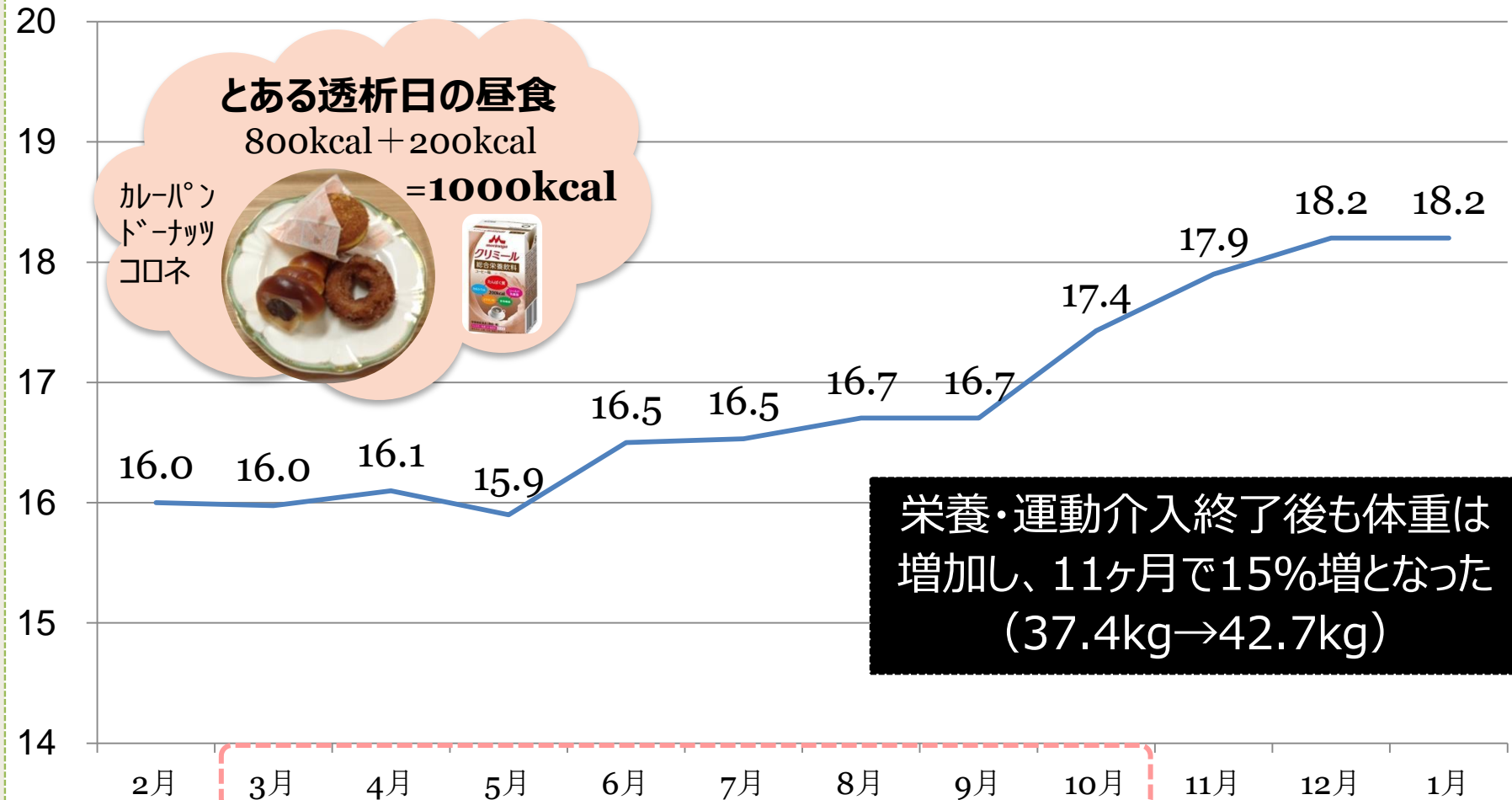
- 週3回**透析中**2METs程度の当院リジナルのミュージックエクササイズ(TMIX)を20分間×1～2セット(セット数は無理のない範囲で実施)
- 介入3ヵ月目から**非透析日**週2回通所リハビリテーションを約1時間/回実施(機械やロープなどを使用したリハビリ)
- 介入4ヵ月目から**透析前**週3回スクワット開始

## 【評価方法】

- 栄養状態の評価をドライウエイトのBMI、血液検査値から、運動機能の評価を体力測定から検討した。

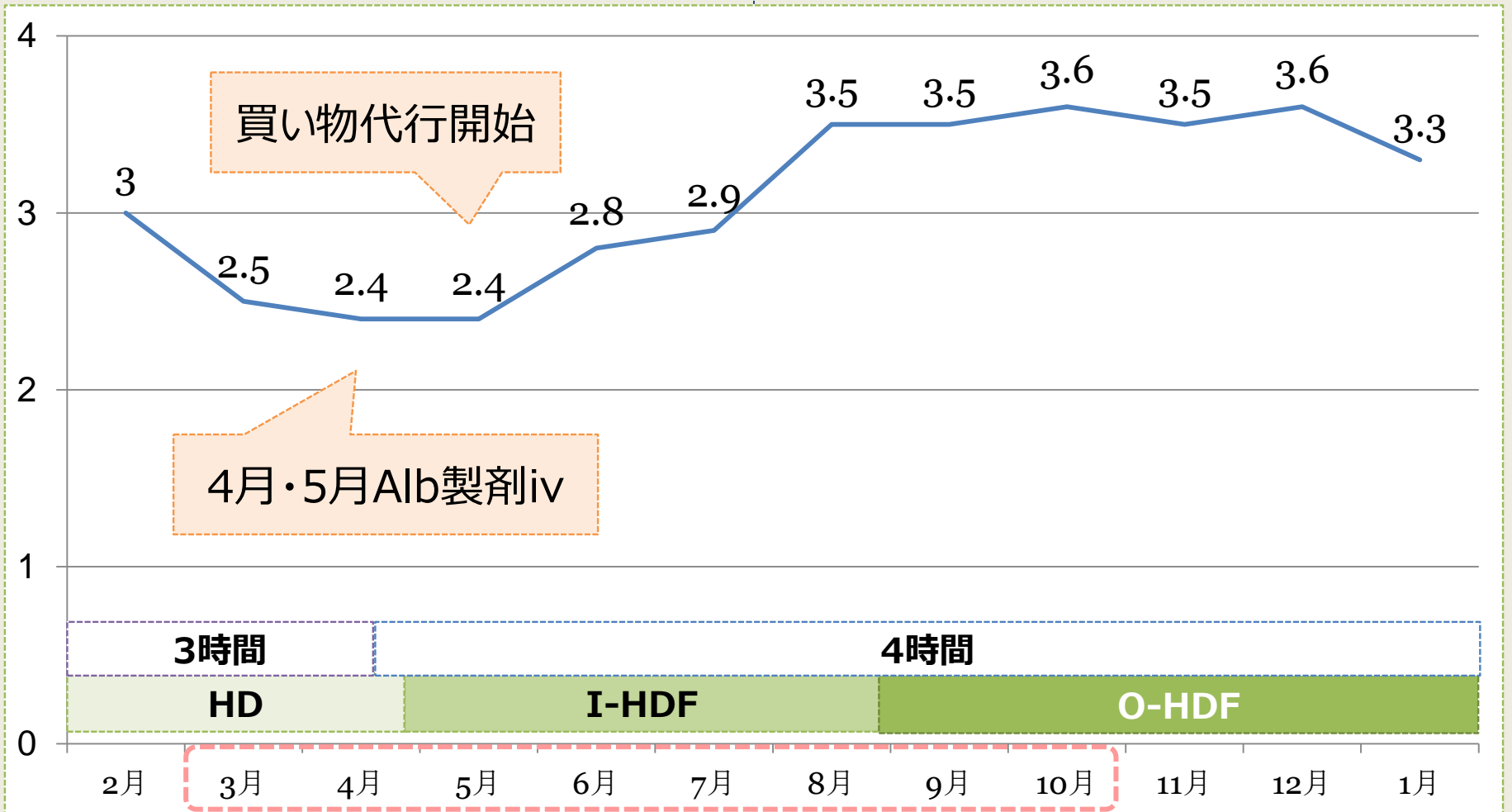
# 【結果1】 BMI

(kg/m<sup>2</sup>)



# 【結果 2】 ALB

(g/dl)



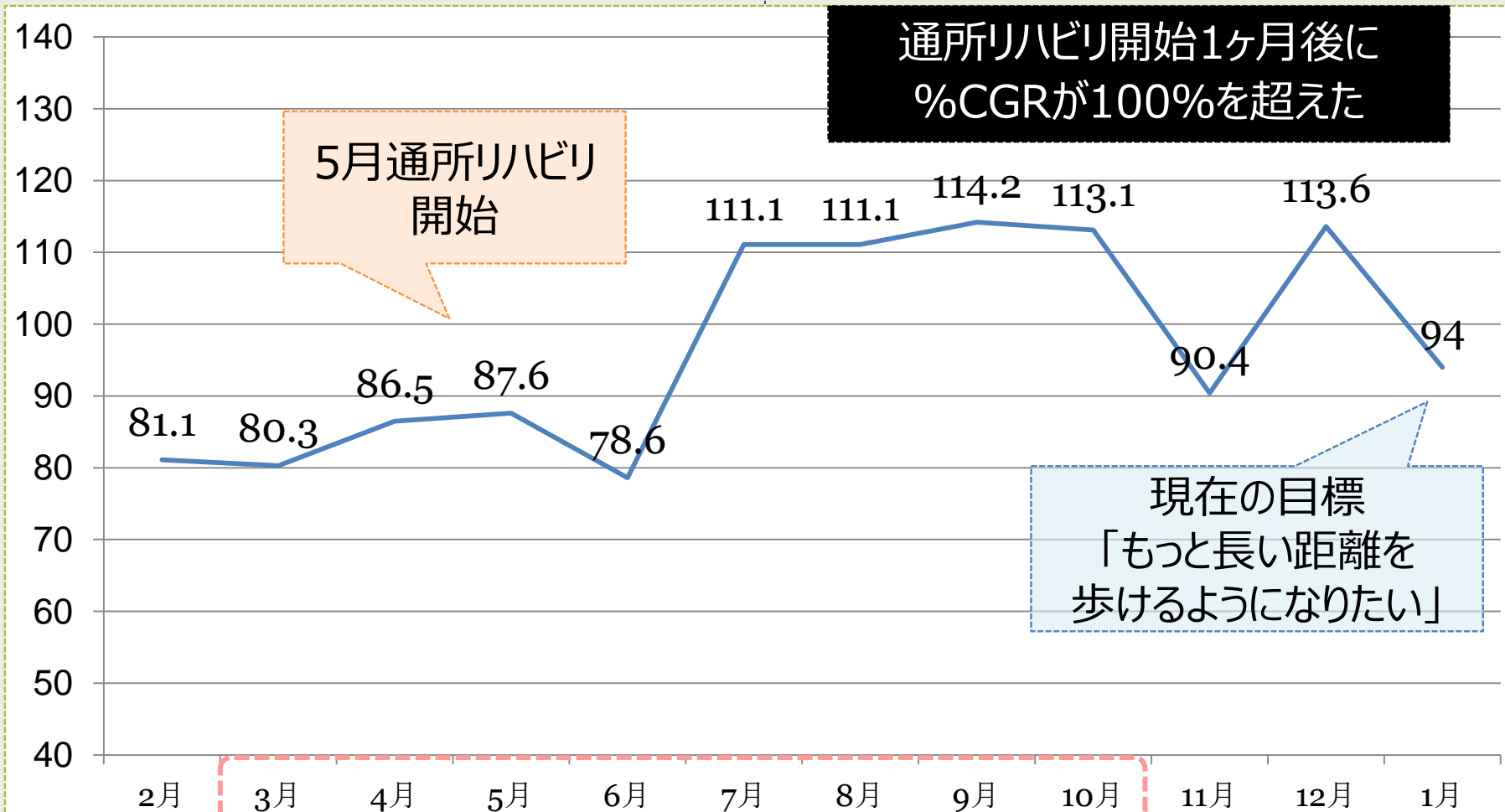
# 【結果3】 nPCR

(g/kg/day)



# 【結果4】%CGR

(%)



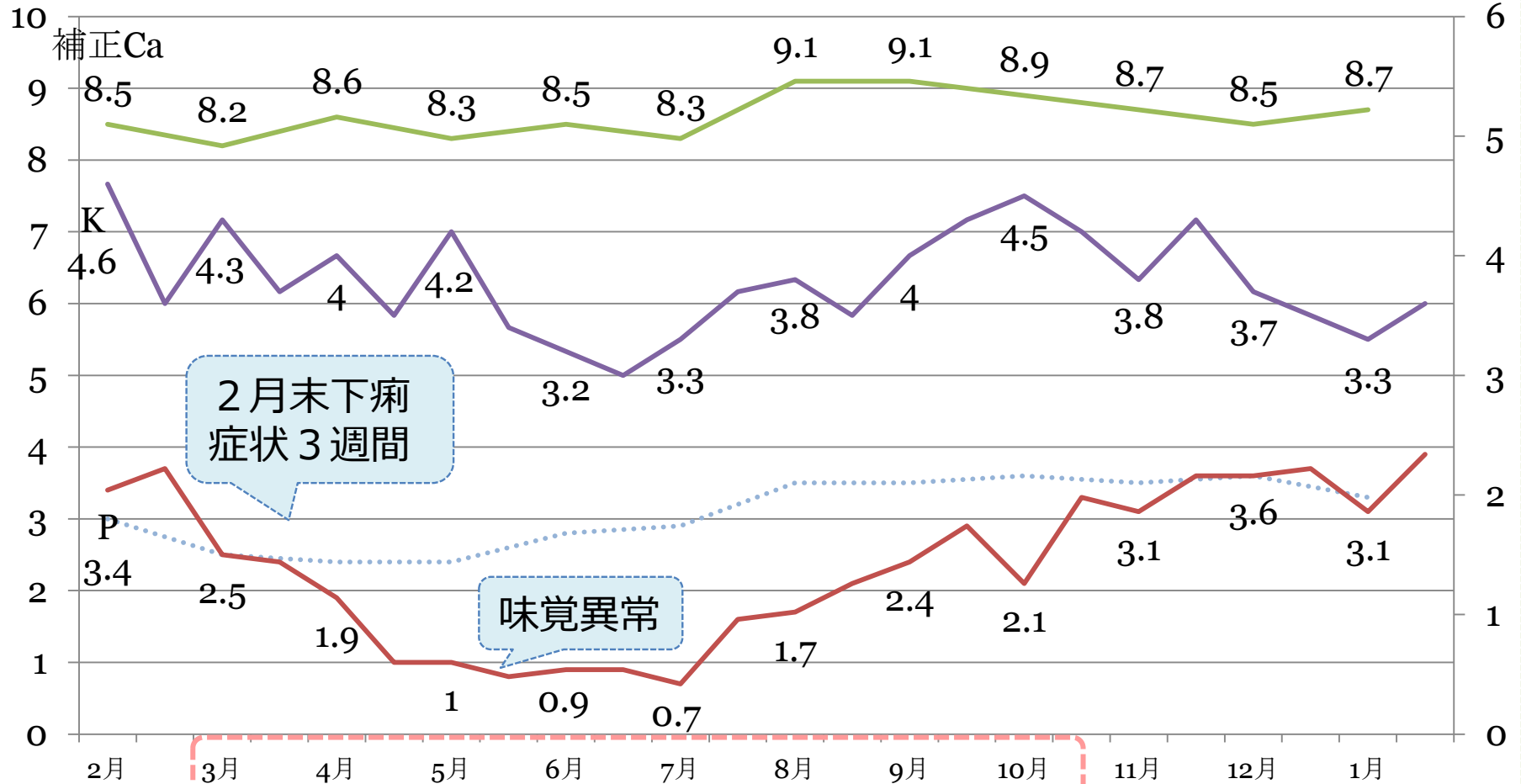


# 【結果5】 K,P,補正Ca














P,Ca,Alb  
(g/dl)

K  
(mEq/l)

..... ALB    — P    — 補正Ca    — K



# 【結果6】 体力測定

項目		現在のご年齢 の基準値	初回測定201X年3月	2回目 201X年8月	3回目 201X年2月
			体重 37.4kg	体重 39.1kg	体重 43.0kg
握力 (kg)	右	23.1~25	12	18	18 
	左	23.1~25	13.5	19.5 	21 
開眼 片足立ち (秒)	右	4~13	2.0	3.8 	6.3 
	左	4~13	3.8	7.8	3.2 
CS-30 (回数)		14~16	11	17 	20 
6m歩行速度 (秒)		6秒未満	4.0	5.4 	3.7
WBI [体重支持指数]	右	0.4~0.59	0.34	0.44 	0.46 
	左	0.4~0.59	0.41	0.43 	0.47 

## 【考察・結語】



- 本症例では本人のモチベーションが高く、また家族や多職種が関わり、目標の方向性を一致させることができたことが、良い結果をもたらした大きな要因と考える。
- 高齢透析患者であっても運動機能や栄養状態に改善がみられるため、年齢を区別することなく介入をしていきたい。

