

Q & A 患者さんからの質問箱

ドライウエイトを下げる理由

Q 1 私は透析を始めてから次第に尿の量が減り、現在は1日に約300mL前後です。以前から夏バテになることが多く、今年も約1か月間食事の量が減ってしまい、なぜか最近の上の血圧が180~190 (mmHg) と高くなってきました。主治医からは「ドライウエイト (DW) を減らしましょう」とよくいわれるのですが、なぜドライウエイトを下げないといけないのでしょうか？ (68歳、女性、透析歴1年)

A 1 年齢や肥満度などにより異なりますが、私たちの体は体重の約6割が「水分」で、残りの約4割が「脂肪と筋肉や骨」でできています。腎機能がよい時には、食べたり飲んだりした際、体の中に入る水分は主に同量の尿として体の外に捨てられるため、体重はほぼ一定に保たれます。しかし、透析療法を開始すると次第に腎機能は低下していき、それとともに尿の量も減っていきます。尿量が減ると体から排出されない分の体重が増えることになり、体重を一定に保つことが難しくなるため、個々の患者さんに適正と思

われる体重（これを「ドライウエイト」といいます）が設定され、透析でドライウエイトになるまで余分な水分を引きます（これを「除水」といいます）。

ところが患者さんの脂肪や筋肉は、食事内容や身体の状態などにより増えたり減ったりします。この増減は太ったことや痩せたことを意味します。食事摂取量が少ないと脂肪や筋肉が減って痩せてきます。図に示したように、痩せた後も、痩せる前と同じドライウエイト（図-a）の設定のままでは、「体重が減って痩せた分の重さ」が水分に置き換わり、体の水分が過剰（図-b）

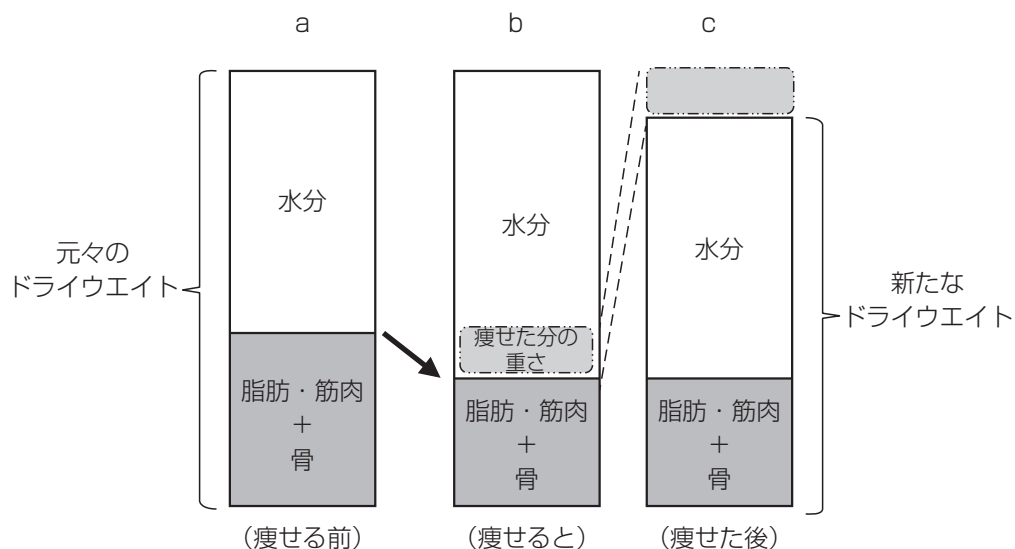


図 痩せてしまった場合

になってしまいます。体の水分が必要以上に多い状態はまさに「水太り」で、むくんだり、心臓が大きくなったり、血圧が上がる原因になります。そのため、「体重が減って痩せた分の重さ」をドライウエイトから減らして、今の脂肪や筋肉の重さに合わせた、新たなドライウエイト（図-c）を設定し直すことになります。

ご質問の方は、食事摂取量が減ってきたため、痩せてきて「夏バテ」を起こしたの

ではないでしょうか。このような場合は、「痩せて減った脂肪や筋肉の重さ」分を除水し、新たなドライウエイトを設定する必要があります、これにより血圧も下がると思います。逆に、太って脂肪や筋肉が増えてくると、今までのドライウエイトではきつくなり血圧は下がりがちになるため、ドライウエイトを上げる必要があるのです。

（宇田晋／川崎幸病院 腎臓内科・医師）