

## 合併症：かゆみ

Q7

血液透析をしています。かゆみが強くて困っています。肌が乾燥する冬は特に強くなります。何か良い方法があったら教えてください。また、どんなことに注意したらよいかも教えてください。

A7

透析患者さんのおよそ半数が、程度の差はあれ、何らかの“かゆみ”を訴えるといわれています。かゆみのために睡眠が妨げられるなど、透析患者さんにとっては大変深刻な問題のひとつです。

この、透析患者さんのかゆみの原因については、現在のところよく分かっていないのが実状です。かゆみは冬の乾燥期に悪化し、特に就寝後ふとんに入って体温が上昇すると強くなる傾向があります。また、透析中にかゆみが増す場合もあります。かゆみを訴える患者さんの多くは皮膚の乾燥がみられるのみで、明らかな発疹のないのが普通です。以下に、かゆみを少しでも和らげるために役立つことをまとめました。

## 1) 皮膚の乾燥を防ぐ

入浴時の石鹸の使いすぎに注意しましょう。柔らかい綿タオルに刺激性の少ない石鹸を塗布し、軽く流す程度にしておくとい良いでしょう。いわゆる“垢すりタオル”などで強くこすることは、皮膚を刺激し、かえってかゆみを悪化させます。入浴後は保湿ローションやワセリンなどを入念に塗り、皮膚の保湿

に努めることが大切です。

## 2) 衣類に気をつける

肌に直接触れる下着類は、木綿製のものを用いるのがよいでしょう。化学繊維やウールは直接肌に触れると、刺激によりかゆみが増す可能性があります。

## 3) 室内温度と湿度に気をつける

温度の上げ過ぎは体温を上昇させ、また皮膚を乾燥させてかゆみを悪化させます。暖房中は、加湿器を用いて適度の湿度を保つよう心がけてください。また、透析中にかゆみが増すようでしたら、透析液の温度を少し下げてもらうことをお奨めします。

## 4) 薬物治療

これらのことを心がけ、実行してもかゆみが改善しない場合には、主治医の先生に相談し、適切な薬を処方してもらうことが必要となります。皮膚に発疹を伴うような場合には、皮膚科専門医を受診した上で適切な治療を受けることが必要です。

(栗原 怜/慶寿会

さいたま つきの森クリニック・医師)