
腎移植を受けた患者の退院指導 －パンフレットと手帳を作成して－

秋田大学医学部附属病院 2階西病棟

小玉光子、熊谷ナミ子

The discharge guidance for the recipient of kidney transplantation －Using brochure and pocketbook－

Mitsuko Kodama, Namiko Kumagai

Ward of Urology Akita University Hospital

腎移植は、腎不全患者のQOLを著しく向上させる治療である。しかし患者は腎移植に期待を寄せる反面、拒絶反応など予後への不安を持っている。そこで当科では、健康管理パンフレット（以下、パンフレット）と管理手帳（以下、手帳）を作成して、退院後の自己管理指導を行っている。これまでの対象は、当科で生体腎移植を受けた患者6名である。

パンフレットは「腎臓移植を受けられた方の退院後の健康管理」と表題した。

その内容は

1. 外来通院については、定期的な外来通院の必要性とその頻度について説明する。
2. 免疫抑制剤については、主な内服薬（サンディミュン・タクロリムス・プレドニゾロン・アザチオプリンなど）の副作用と、指示量や時間厳守など、内服時の注意事項を説明する。
3. 拒絶反応の早期発見のためには、移植腎がある限り拒絶反応の危険性がある。特に移植後数ヶ月はその危険性が高いといわれることから、定期的な外来受診の他、入院中から施行している自己チェック（体重・体温・血圧・脈拍・尿量・尿蛋白・尿潜血など）の継続を指導する。
4. 特に注意を要する症状として
 - 1) 38℃以上の発熱
 - 2) 1日1000cc以下となる急な尿量の減少
 - 3) 血尿や尿混濁
 - 4) 普段より30～40mmHg高い血圧上昇の持続
 - 5) 移植腎部な痛みや熱感がある
 - 6) 嘔気・嘔吐や食欲不振がある、このような場合は自分勝手に判断は避け必ず受診するよう説明する。
5. 日常生活の注意事項については、食事はカロリーの過剰摂取を避ける。仕事は術後数ヶ月は通院しながら社会復帰の準備段階と考え、問題がなければ5～6ヶ月頃からとする。車の運転は移植患者はシートベルトの適応から除外される。性生活は女性の場合約2年間は避妊した方が無難であることなどを説明する。
6. 感染防止については、免疫抑制剤の内服により易感染症となることから、手洗いや含嗽、人混みでのマスク着用など基本的なことの他、腎盂腎炎予防のため清潔に心がけることや、動物からの感染に注意を促す。また精神的ストレスを避け、適度な睡眠と休養が重要であることを説明する。

7. その他、医療制度（長期特定疾病療養受療証と更生医療）についてや緊急時の連絡先などを説明する。

患者は、これまでの血液透析とは違った日常生活の注意事項に真剣に耳を傾けた。指導時の患者の反応は概ね受容的であり、安心感や決意を抱いたようであった。（表1）

手帳の内容は一部パンフレットと重複する所もあるが

1. 手帳所持者名（患者名）
2. 緊急時連絡先
3. 自己チェック表
4. 血液検査データ欄
5. 特に注意を要する症状
6. メモ欄、などがある。

手帳は、患者が自己チェックした尿所見などのデータを書き込み、また外来受診時には血液検査データを医師から説明を受けた後、患者自身が書き込んでいる。

移植患者は拒絶や感染症などのリスクを伴いながら日常生活へ復帰していくことになる。生着率向上や患者の不安解消のためにも、退院後の生活指導は重要である。これまで6名の患者にパンフレットと手帳を用いて指導してきたが、患者には概ね好評であり活用されている。

今後も、単に入院中の治療、看護にとどまらず、パンフレットと手帳を用いて、退院後の自己管理指導の継続に努めていきたい。

表 1 患者の反応

- ・ A 氏（35歳、女性）成文化されたものがあれば理解しやすく安心できる。
- ・ B 氏（27歳、男性）知らないことがたくさんあったので多くの情報が得られた。
- ・ C 氏（38歳、男性）何も難しくない。書かれていることは守れそうだ。
- ・ D 氏（24歳、女性）黙って頷いていた。
- ・ E 氏（19歳、男性）みんな俺のことを心配するようだが俺はちゃんと守る。
- ・ F 氏（41歳、女性）すでに2人の子供がいるが移植された腎臓を3人目の子供と思って大切にしていきたい。

参 考 文 献

- 1) 太田和夫、岩崎洋治、園田孝夫：腎移植の実際，南江堂，1985.
- 2) 山本由子他訳：臓器移植看護マニュアル，医薬出版株式会社，1995.
- 3) 小椋陽介編集：腎疾患治療マニュアル，腎と透析増刊号，634-659，1996.