
外来透析患者の体重増加率減少への指導 体重チェック表を作成して

佐川るみ子、伊藤浩子、鎌田きん子、山田かな、金 浩子
金 睦子、佐藤文子、渡部友子
秋田組合総合病院腎臓病センター

<はじめに>

透析療法では、適正な血液療法を維持していく為には体重の自己管理が重要といわれている。

当院での外来維持血液透析患者の体重増加率の割合では、5%以上の増加率患者は135名中54名と40%をしめている。またその原因のほとんどが水分の取りすぎによるものであった。

従来、増加率減少への指導を行っているが一時的に改善できても維持できない患者が多い事が問題となっている。そこで今回、体重チェック表を作成し、活用することで体重増加率減少へつながるのではないかと考え実施した結果、効果が得られたので報告する。

<1. 研究方法>

期間：平成11年11月～平成12年10月

場所：秋田組合総合病院 腎センター

対象：週3回の外来維持血液透析患者135名（男77名 女58名）

年齢：男 61.7 ± 12.4 歳 女 63.6 ± 11.7 歳

透析期間：男 6.2 ± 6.3 年 女 6.6 ± 6.2 年

方法：1) 体重増加率5%以上の患者に対し、体重チェック表を作成し指導を実施した。

2) 指導1ヶ月前後にアンケート調査をした。

<2. 体重チェック表の作成（患者用と看護婦用）>

（表1）は患者自身が記入する体重、水分チェック表で項目としては目標体重や体重、尿量、水分量、評価を記入出来るよう作成した。（表2）は看護婦が記入する体重チェック表で項目内容としてドライウエイト、増加率、体重、目標体重、コメント欄を入れ作成した。

指導内容としては、目標体重の設定、水分摂取量の設定、毎日の体重測定の必要性、食事内容、排泄指導の5項目とした。

体重・水分チェック表

		様 DW					
		kg	3%	kg	5%	kg	
項目	月日						
朝の目標体重	kg						
朝食前	kg						
ねる前目標体重	kg						
ねる前	kg						
おしっこ量							
水分量							
計							
評価							

表 1

体重チェック表

		様 DW					
		kg	3%	kg	5%	kg	
月日	体重kg						
9							
7							
5							
3							
1							
<コメント>						目標体重	
						3% kg	
						5% kg	

表 2

< 3. 結果 >

患者が記入する体重、水分チェック表（以下患者用チェック表とする）活用後のアンケートでの体重、水分、尿量の測定と記入については、いずれも「出来る」「少し面倒だが出来る」を合わせ89%以上であった（図1）。指導内容では、目標体重の設定と水分摂取量の設定については「よい」「まあまあよい」を合わせて81%～87%であった。また体重測定の必要性や、食事内容、排泄の指導についても「理解できた」が高値であった（図2）。体重、水分チェック表による体重増加率の変動では、男女合わせた全体では指導後に有意差がみられた。また男性のみでは有意差は見られず、女性のみで有意差がみられた（図3）。

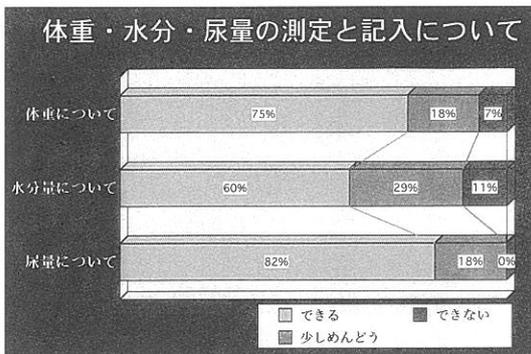


図 1

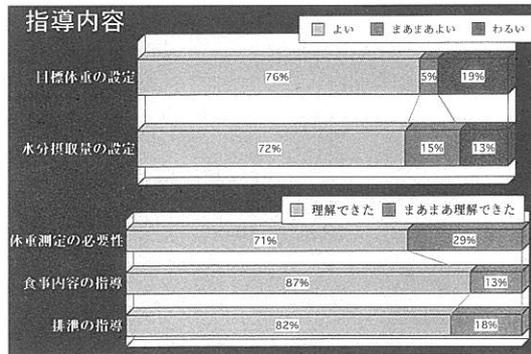


図 2

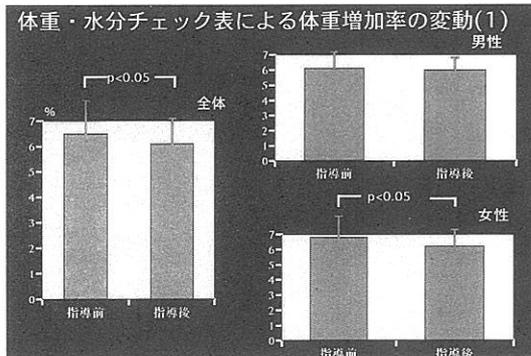


図 3

< 4. 考察 >

チェック表活用後の体重、水分、尿量の測定と記入についてのアンケート調査で、体重と尿量で「出来る」が高値を示した理由としては、必要性が理解出来たことや、容易に出来るためと考える。水分量で「少し面倒だ」と答えた理由としては、正確に記入する事で飲水量がわかってしまい、さらに水分を制限されるのではないかとの思いや、飲水の回数が多いほど記入しなければならないためと考える。

指導内容の“目標体重と水分摂取量の設定”で「よい」が高値を占めた理由としては、患者と話し合い個々に合った実施可能な目標体重や水分量を設定した為と考える。また、食事内容や排泄の指導では、具体的に一日の摂取量を決めたことや、毎日の習慣をつけるよう指導した事が「理解できた」の高値を示した理由と考える。さらに、適正体重に近づくことで透析中の急激な血圧下降や気分不快がなくなり、身体に無理がない透析を体得出来たためとも考えられる。指導後の体重増加率の変動で女性に有意差がみられた理由としては、ほとんどの女性が炊事を行っており、食事量や水分量、味つけなど調節しやすい為と考える。

井上¹⁾は「自己管理の重要性を再認識出来るよう考慮し、繰り返し指導していく事が重要」と述べていることから、今回私たちが行ったチェック表を作成し指導した事で体重管理の必要性が再認識でき、チェック表への記入も習慣化され自己管理出来るようになった事で有効であったと考える。しかし、業務の煩雑化に伴い指導時間がとれないなどの問題も残っていることから、今後はさらに業務改善を行い指導を継続していきたい。

< 5. 結論 >

- 1) 患者個々に合った目標体重に設定したことが体重管理のめやすとなった。
- 2) 体重チェック表を活用したことで自己管理への意識が高まり、体重増加率減少へつながった。

引用文献

- 1) 井上 隆. 監：新やさしい透析療法、P 65、診断と治療社、東京、2000

参考文献

- 1) 北岡建樹：透析スタッフのための体液バランスの知識、P 16～48、中外医学社、東京、2000
- 2) 藤原智佳子：ノンコンプライアンスの患者への援助～体重コントロール不良な透析患者の事例をとおして～：臨床看護、25 (7)、1020～1027、1999