

座 談 会

# 家庭透析へのかけ橋



2002年10月19日 名古屋・八事マルベリーホテル

## 医療スタッフ

司会 佐々木しのぶ  
(新生会第一病院外来看護師長代理 旧家庭透析センター主任)

小川 洋史  
(新生会第一病院 院長)

岡山ミサ子  
(新生会第一病院 看護部長)

村上辰和嘉  
(新生会第一病院臨床工学部 部長)

西谷佐智子  
(新生会第一病院在宅透析教育センター 主任)

## 患者・介助者

田中 彰良、田中美智代

伊藤 敬一、伊藤さち子

加藤 操、加藤 啓一

市岡 知夏、市岡ふみ子



自己紹介 ..... 1

家庭透析を選んだ理由 ..... 2

仕事を続けていくために  
週に3回できるメリット  
何事も挑戦しようという気持ち  
成績が良いと聞いて

家庭透析のメリット・デメリット ..... 4

プールに入って子供の指導ができる  
精神面での大きなメリット  
介助者の負担が大きくなる時期も  
災害時のマニュアルがあれば  
初めだからこそその悩みも  
役割の一端を担う喜び、家族のきずな  
ある程度の拘束はある

ライフスタイルとしての家庭透析 ..... 7

透析のある日とない日のパターン  
役割分担の大切さ  
透析が終わってから弓をひく  
コンビを上手く続けさせる

健康維持の工夫 ..... 10

エアロビクスを続けることで全身状態が良好 !!  
リラックスすることの大切さ  
ダンスやゴルフも足の運動にとっても良い  
ルールを守って透析をする

機械の改良点・安全性について ..... 12

停電時の問題、バッテリー面での改良を !!  
家庭透析専用の使いやすい機械の開発を !!  
簡単に準備できる機械があれば  
データが記録され、オンラインで...

今後の期待 ~私たちにとっての透析~ ..... 14

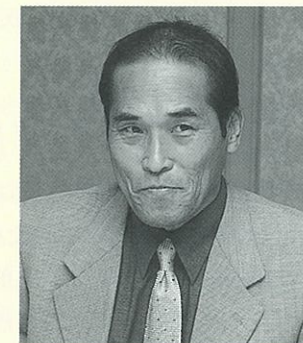
今後のサポートも大事にしてほしい  
スタッフの前向きな姿勢に励まされながら  
緊急・臨時透析にも対処

おわりに ..... 16

自己紹介

**司会/佐々木** 本日はお忙しい中、お集りいただきありがとうございます。患者さんと介助者の方、4組の方にご参加いただき、それぞれの悩みや考え、工夫などをお聞かせ願えればと思います。そこからいろいろなことを吸収し、今後の家庭透析の参考にさせていただきたいと思えます。また、今回の座談会がこれから家庭透析を行おうという方々にも参考にさせていただければと考えています。その意味で、歴史に残る会だと思えますので、ご協力をお願いいたします。最初に、簡単な自己紹介をお願いします。

**伊藤敬一** 元々は中学の体育の教員でしたが、今は小学校の教員をしています。透析歴は、1976年に開始して現在27年目です。透析3年目から、新生会第一病院でお世話になり家庭透析を始めました。



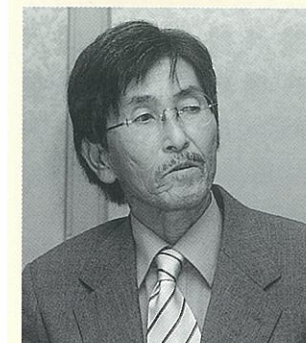
伊藤 敬一さん  
53歳、透析歴27年  
小学校の教諭  
(保健体育)  
岐阜県揖斐郡在住。  
介助役は妻のさち子  
さん(管理栄養士)  
が務める

**市岡知夏** 現在学生です。家庭透析歴はようやく8回目が済んだところで、1カ月も経っていません。透析自体が昨年末からの初心者で、今日は先輩方いろいろな教えていただきたいと思ひ、この会に出席しました。



市岡 知夏さん  
27歳、透析歴6カ月  
(家庭透析移行直後)  
大学院生  
(芸術工学学科)  
愛知県春日井市在住。  
介助役は母親のふみ子  
さん(看護師の経験あり)  
が務める

**田中彰良** 透析歴は約33年です。家庭透析を始めたのは1975年、東京の病院で家庭透析第1号でした。当初は毎月、川崎にあるその病院の分院に行き、透析に必要な1カ月分の物品を全て積んで帰宅するなど大変でしたが、1998年から新生会でお世話になるようになって非常に楽になりました。



田中 彰良さん  
66歳、透析歴33年  
建築設計士  
静岡県磐田郡在住。  
介助役は妻の美智代  
さん(主婦・家業専  
従者)が務める

**加藤操** 透析を始めたのは1976年3月で、透析歴27年です。最初から家庭透析でした。ひどい風邪が原因で、自宅の段階で手が痺れ、ろれつも回らなくなり、もうだめという状態になった時に親戚の1人が新生会にいたこともあり、新生会に駆け込んだのがきっかけです。



加藤 操さん  
50歳、透析歴27年  
1年前まで衣料品販  
売の自営  
愛知県知立市在住。  
介助役は夫の啓一  
さんが務める

## 家庭透析を選んだ理由

**佐々木** 25～30年前では、家庭透析そのものは周知されていなかったと思います。それを知ったきっかけや家庭透析をしようとしたきっかけを教えてください。

### 仕事を続けていくために

**伊藤敬一** 最初は岐阜県内の病院に入院し腎炎の治療を受けていたのですが、透析が必要ということになり、親戚に医療関係者がいましたので相談した結果、地元ではベッド数があまりないので名古屋の病院で保存療法を続けることになりました。やがて、そのまま通院透析に入りました。家も職場も岐阜でしたので、職場の厚意で午後3時頃に早退し、高速道路を運転して通院していました。その後その病院で家庭透析の訓練をしたのですが、病院の事情でできなくなり、今度は新生会で訓練ができるという話を聞いて、お世話になることになりました。

家庭透析を選んだ一番の理由は、仕事が続けられるということ、また、当時地元には病院がないということからでした。

**佐々木** 夜間透析を行っている病院がないのですか。それとも、透析そのものの病院がなかったのですか。



伊藤さんご夫妻

**伊藤敬一** 施設そのものも少なく、家や職場からも遠かったのです。夜間透析も少なかったので、家庭でできるなら是非やりたいとお世話になりました。

**佐々木** 家庭透析を始めるに当たって、不安を感じたことはありませんでしたか。

**伊藤敬一** 私自身はまったく不安はありませんでした。それしかないという気持ちでした。

**佐々木** その時に奥様は、すぐに「いいよ」とおっしゃったのですか。

**伊藤さち子（介助者）** 通院透析の後、疲れて一人で帰ってくるのを家で待っているよりは、側にいてもらったほうが私も安心ですから、家庭透析のほうがいいと返事をしました。

**伊藤敬一** 同居していた母も手伝うと言ってくれました。

**佐々木** やはり家族の協力が大切ですね。

### 週に3回できるメリット

**田中彰良** 私の一番の理由は、やはり仕事です。建築の設計関係の仕事でしたので、1週間のうちに2度も休むと、事務所で一人前に扱ってもらえないのです。その当時はまだ夜間透析もほとんどなかったもので、家庭透析になれば体の具合もよくなるだろうと思い、どうしても自宅でやりたいと思いました。地理的に離れているので、地元の病院に緊急時の対応を虎の門病院からお願いしていただきましたが、一度もお世話になることはありませんでした。

**佐々木** 奥様は家庭透析の話聞いた時に、どう考えられましたか。

**田中美智代（介助者）** そのことは最初から話し合っていました。当時は透析の効率があまりよくなく、週に2回だったので、非常に体調が悪かったです。ですから、週に3回できる家庭透析に希望をもちました。たまたま実家を新築する計画があったので、透析室を作ってもらい、家庭透析を始めました。

**田中彰良** 家庭透析を始めて2年目に、子供を授かったのです。家庭透析で体調がよくなったおかげもあると思います。

**佐々木** それは嬉しいことでしたね。

### 何事も挑戦しようという気持ち

**佐々木** 市岡さんのところは、家庭透析をやりたいと思ったきっかけは何でしたか。

**市岡知夏** やらなければいけないとなるまでは、「透析」という言葉を聞くだけで逃げ回っていました。今はまだ学生ですが、社会に出たときのライフスタイルを考えると家庭透析のほうが社会復帰にはいいという話を主治医の先生から聞いていたことと、母が以前は看護師でしたから介助の安心感もありました。母も積極的に、ぜひやりましようと言ってくれたのがきっかけです。

**佐々木** お母さまは最初から、娘さんのためにぜひやろうと思われたのですか。

**市岡ふみ子（介助者）** 自分の過去の経験は当てにならないと思っていましたし、不安はありましたが、何事も挑戦してから考えましようという気持ちで、入りました。白紙からのスタートでしたが、実際に踏み切ってみて、挑戦すれば何とかなることを実感し、よかったと今は思っています。

### 成績が良いと聞いて

**佐々木** 加藤さんのところは奥様が透析でしたので、ご主人に介助者を頼むことになりましたが、それによる不安はありましたか。

**加藤操** 最初の入院時に、短期間で症状が悪くなり、シャントを作ることになりました。その時に家庭透析のお話を聞いて、主人が「それにする」と言ったのです。

佐々木しのぶ  
外来看護師長代理  
(新生会第一病院看護部・旧家庭透析センター)

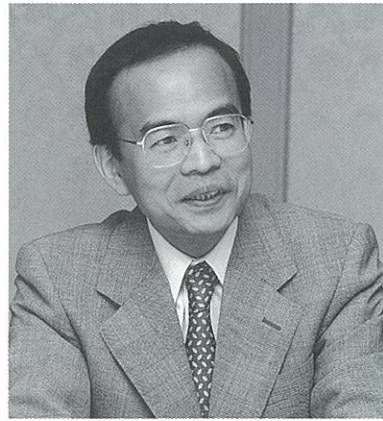


**加藤啓一（介助者）** 家庭透析は成績が良いと聞いていましたが、具体的な介助について実際はほとんどわかっていませんでした。ただ、自営業だったからできたと思います。私が勤めに行っていたら、難しかったでしょう。

**佐々木** 当時は、日に日に治療が変わっていく時代で、不安もありましたが。

**加藤啓一** 目が見えなくなった、骨折したという話が出ていたようですが、そんなことは一切ないし、普通にやっているのが当たり前だと思っていました。知らないからできたのかもしれませんが、皆さんの話を聞いて、家庭透析を行ってみて正解だったとあらためて思います。

**佐々木** 知りすぎた上で家庭透析に踏み切るより、とにかく「これしかない」「これをやったら体のためになる」という思いで始められたほうが、後で大変なことがあるにしても、うまくいく感じがしますね。



小川洋史 院長  
(新生会第一病院)

ないほど時間に融通性があるということです。またCAPDに比べるとそのままプールに入って子供に指導ができます。学校はとくに夏は暑くほこりっぽくなりますが、シャワーもできますので心配な部分も減りました。それと、怒られるかもしれませんが、食事がかなり自由になりました。

**小川** よく食べて栄養をとり、しっかり透析をして、高いKi/V値(標準化透析量)を得ることが、大事なことのひとつだと思います。

## 家庭透析のメリット・デメリット

**佐々木** 小川院長から、家庭透析のメリットや魅力についてご質問はありますか。

**小川** 家庭透析は、生命の維持と、予後をいかによくなるかということから始まりました。その次に社会復帰ということで、今回出席の3人の方は仕事をされながら長期の透析医療を実践されてきたわけです。家庭透析の魅力は、まさにその辺りにあるのだろうと思います(表)。

実際にこの場で顔を合わせても、誰が透析をしているのか全然わからないですね。30年透析をしていますが、色素沈着も少なく、骨が変形してくることもほとんどありません。家庭透析はデータ上からもいいと言われています。

しかし家庭透析のメリットと問題点について、医療者側はあまり気がつかないところもあると思いますので、介助者の方からお話しいただければと思います。また、家庭透析を始めてどのくらいで不安が解消されてきたかについても教えていただけると、新しく始める人にとっても、役に立つのではないかと思います。

### プールに入って子供の指導ができる

**佐々木** 家庭透析は、CAPDや通院透析と比べてどうですか。

**伊藤敬一** メリットは、センター透析では考えられ

### 精神面での大きなメリット

**佐々木** 介助者としての奥様のご意見はいかがですか。

**伊藤さち子** メリットは、通院がないので体への負担が少ないことと、家での透析ですから、透析中に相談や会話ができることです。寝ていることが多いのですが、側にいて透析が終わるのを待つことができるので、私にとっては安心感があり、精神的に大きなメリットがあると思いました。

また最近では日曜日の透析も認められるようになり、生活に合わせた透析スケジュールが組めます。

表 家庭透析の適応基準

- 1) 透析者本人が希望し、介助者の同意があること。
- 2) 家庭透析に影響するような合併症がないこと。
- 3) 自己管理ができること。
- 4) 透析装置、水処理装置の設置場所、材料の保管場所があること。
- 5) 医師が家庭透析が可能であることを承認している。
- 6) 社会復帰をめざすならば、さらに良い適応となるが、自分の生活設計上、家庭透析を有用と考える透析者も適応である。

実際は日曜日にしなくても、できるという安心から、「この日にできなかつたらどうしよう」という恐怖感はなくなりました。

デメリットと言えるかどうか、介助者の私が倒れたらどうなるのか不安でした。佐々木さんが家庭訪問に見えた時、「近くに透析施設ができたのでコンタクトをとっておくといいですよ」と教えてくださり、見学に行きました。それが、1年後に実際、私が倒れたときに役に立ちました。

倒れたことも家庭透析が負担だったとは考えていません。介助者であることに、デメリットや負担、不安は感じていません。

**佐々木** 奥様もお仕事をされており、家事があり、27年前には育児がありましたよね。その時に、負担を強く感じたことはなかったですか。

**伊藤さち子** 今思えば、よくやったという感じがしますが、当時は夢中でしたね。母と同居していますので、私が仕事から帰る前に母と二人で開始しています。私が帰って交替するというかたちでした。また、当時は主人の妹も同居していましたので、いろいろ手伝ってもらっていました。

**佐々木** 家庭透析で困ったところはありませんか。

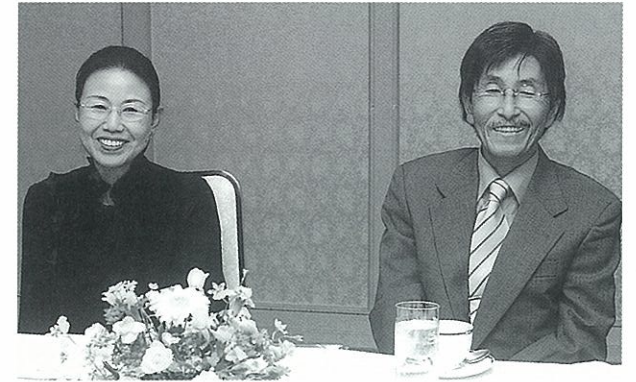
**伊藤敬一** 先ほど、専用に部屋を作られたという田中さんのお話がありましたが、当家では応接間が透析室兼私の仕事場となりました。ですから、来客時の部屋に困りましたが、大きな悩みではないと思います。別の部屋を持てる余裕があれば、なおさらベターという気はします。

### 介助者の負担が大きくなる時期も

**佐々木** 田中さんは家庭透析を選ばれた目的が、仕事をしたいということでしたね。

**田中彰良** そうです。メリットはやはり時間的な拘束がないということですね。仕事上、透析開始を遅くしたり日をずらすなど、可能なかぎり融通がきく点です。

デメリットとしては、私の場合は、開始当時は両



田中さんご夫妻

親と同居しており、それからしばらくして子供もできて、介助者である家内に大きな負担がかかりました。両親は高齢で、透析を手伝うことは全然できませんでした。

その辺をいかに負担なく行うかが課題だと思います。今は機械もずいぶんよくなって、透析時間も5時間くらいですが、あの当時は7時間くらいだったのかな。

**佐々木** 当時は消毒に7時間、透析に7時間かかりましたね。

### 災害時のマニュアルがあれば

**田中美智代** 当時を思うと、今は楽になって自然にしていますので、何もストレスがありません。今の心配は、地震の時の対処法です。マニュアルがきちんとできていれば心配はないと思います。

**田中彰良** 家は自分で設計したので、壊れることはないと思いますが、おそらく水も電気も止まってしまうので、どうしようかと思っています。電気が来ても、水はすぐ来ないから、透析がどのくらいでできるようになるか不安ですね。

**佐々木** 阪神大震災の時に透析が最後までできなかった理由が断水です。どこへ行けばよいかということは切羽詰まった問題だと思しますので、この点を充実させるように検討したいと思います。

**小川** 日本透析医学会にそういう情報(透析施設名簿など)がありますので、近くの施設などはできるだけ皆さんにわかるように、連絡いたします。

### 初めだからこそその悩みも

**佐々木** 市岡さんは透析を始められたばかりで、何がメリットかデメリットかまだわからないかもしれませんが、家庭透析のイメージと、実際に経験してからとでは、違ったことはありますか。

**市岡知夏** 慣れていないからだと思いますが、準備に意外に時間がかかるということと、あとは、介助者の母にもなるべく自由にしてほしいので、自分ばかり優先させるのではなく、母の都合にうまく合わせるができるようにと少し悩む時もあります。

**佐々木** 今は調整中という感じでしょうか。

**市岡知夏** 私は学生ですが、これから就職や結婚などで状況が変わってくると思いますので、その辺を考えていかなければいけないと思います。できれば腎移植をしたいと思っていますが、腎移植ができなくても、家庭透析を続けたいと思っています。ですがその時の介助は母ではないかもしれないので、その辺りはどうなっていくのかと不安はあります。

### 役割の一端を担う喜び、家族のきずな

**佐々木** お母様は介助されるようになって、時間をかなりとられてしまいますか。

**市岡ふみ子** いいえ、本人が結構やっていますので、私の介助は簡単なことだと思います。先ほどのお話し



市岡さん親子

にあったように、精神的な部分で、自分の目で直接見ているという安心感が非常に大きかったですね。今まで、病院にお任せしている医療で、娘のことで私の知らない部分に対する不安がすごくありました。しかし、私も勉強したことによって、その不安がぬぐわれた気がします。

もうひとつは、やはり家族ですので、負担というより自分が役割の一端を担うことができることが喜びですね。親としてのなのかもしれませんし、夫も同じように思っているようです。それに、一段と家族の結束や調和が強まったような気がします。

娘が、私の人生の時間を使ってしまわないかという思いやりを持っていてくれていることが、かえって嬉しいです。そのうえで、調整しながら、私の人生もまた楽しませていただこうかなと。ですから、海外旅行などがある時は施設透析をお願いして、仲よくやっていきたいです。

今では家庭透析が選択肢としては最高によかったと、実感しています。そして、今後30年という年月を考えた場合、その時は次の介助者へのバトンタッチを、うまくできるように祈りたいですね。

**佐々木** 確かにそうですね。介助者をご両親の場合、ご本人は50歳くらいでお元気なのですが、介助者が80歳くらいになられていてさすがにつらそうで、おやめになった方がいます。また、機械についていけないということで、おやめになったケースもあります。

**市岡ふみ子** 確かに、機械の問題はあるかもしれませんが、でも、挑戦してみることで結果は出てくると思いますので、勇気を持って皆さんに挑戦してほしいと思いました。

### ある程度の拘束はある

**佐々木** 加藤さんは、メリットと困る点については。  
**加藤操** 実は今朝も早く起きて、透析してきました。そういう時間に制約されないところが、私にとっては一番のメリットです。今は自営の仕事もやめて、夫とお互い趣味に生きていますので、それに合わせ

て時間をずらしたり、透析の日も決めることが多いです。

困ったことは、私が一人で透析をして、何かあった時に主人をブザーで呼ぶという形でしたが、それでも外には出られないので、本人は拘束されている感じがとても強かったようで、拘束して悪いという思いがありました。お礼ということでたまに旅行に行く時だけ、センターに臨時透析をお願いしています。

**佐々木** ご主人は、それでつらいと思われたことはありませんか。

**加藤啓一** 友達に2~3回誘われて、1回出かけるような感じです。誘われて全部行っていたら、たぶんできないと思います。自営業でしたし、私は1階で商売をしていて、開始と終了の時に私が上に上がる間、親が店番を手伝ってくれるなど、そのくらいの協力で十分対応できました。今は早めにリタイアしましたので、透析の介助が1日おきにあるからかえっていいですよ。半分仕事のような感じですが、ずいぶん楽な仕事です。

**佐々木** 時間や都合などの臨機応変なところが、長続きの秘訣という感じでしょうか。

**加藤啓一** そうでしょうね。いつも午後2時頃から透析を始めるところを、私の趣味の都合で時間をずらすなど自由がきくし、日曜も透析したり、場合によっては昨日して今日も透析することもあって、その辺は本当に助かっています。

### ライフスタイルとしての家庭透析

**佐々木** 家庭透析をライフスタイルの中にうまく取り入れていくための工夫などで、岡山看護部長からご質問はありますか。

**岡山** 患者さんが生活と家庭透析をどうやって調整して、1日を組み立てているのか、具体的なイメージがもてないので、その辺りの雰囲気などを教えていただければと思います。

岡山ミサ子 看護部長  
(新生会第一病院看護部)



### 透析のある日とない日のパターン

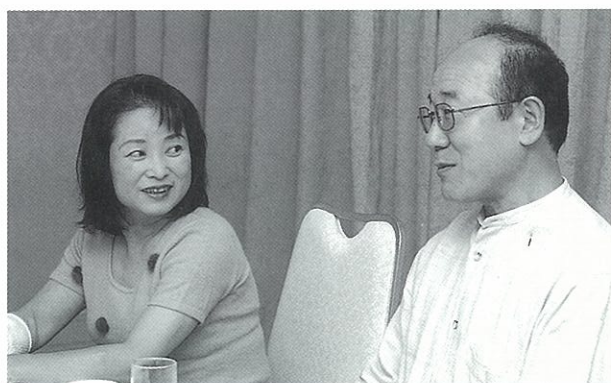
**田中彰良** 透析がなかった翌日は朝5時頃に起きて仕事を始めています。透析のある日は、透析の準備を夕方4時半頃から始め、開始が7時か7時半頃で、終わるのが夜の12時半頃です。それから片づけて、寝るのが2時頃。その時に猫2匹と犬1匹が待っていて、透析を終わった後に一緒に食事をします。その繰り返しですね。仕事と言っても自宅が事務所なので、現場にときどき行きますが、透析のある日とない日では、生活のパターンが少し違います。

**岡山** 透析をしている間は、何をしていますか。

**田中彰良** テレビを見ているか、ほとんど寝ていますね。以前、その間に仕事ができるのではないかと考えて、コンピュータを持ち込んだりしたのですが、血液がかなり出ているせいか、30分もすると眠くなって、集中できませんでした。

**田中美智代** 大きな工場などを担当している場合は、週に1~2回は必ず現場に出かけないといけないので、忙しい仕事です。

**田中彰良** ですから、調子が悪くても少しくらいは我慢して出かけてしまいます。打ち合わせをしているとかえって調子の悪さを忘れずですね。家庭透析だから仕事ができるし、仕事があるからやはりがんばれるのですね。



加藤さんご夫妻

### 役割分担の大切さ

**佐々木** 田中さんはお忙しい中で、プライミングなども全部ご自分でされておられますね。それなども時間の合間合間でやっていらっしゃるのでしょうか。

**田中彰良** 準備は準備として始めたらすぐにしてしまいます。準備を自分でするのは妻を信用していないからではなく、間違いも自分でしたことなら納得できますし、妻に責任をかぶせるわけにもいきませんので。

**田中美智代** 自営業だと、お互いの仕事を分担しなければならないので、手伝うことは難しいのです。



稽古中の加藤さんご夫妻

**岡山** 透析自体が特別なことではなく、生活の一部という感じなのですね。

**田中美智代** 最初は準備からすべてを私がしていたのですが、子供ができて忙しくなってきたら、本人がするようになりました。今では、やはり機械は主人のほうが詳しいですから、すっかり本人任せです。

**小川** それは大事なことでないですか。

**佐々木** そうですね。伊藤さんのところも、機械に関してトラブルなどがある時は、ご自身がほとんど対応されているのですよね。

**伊藤敬一** ただ準備に関しては、私の帰りがどうしても遅くなるので、9割くらいは妻がしています。時間のある休日などは自分で準備します。

**佐々木** 伊藤さんの場合は外のお仕事で、田中さんは自営業で仕事の合間にできるという違いがあるのだらうと思います。市岡さんのところは、役割分担はどうされているのですか。

**市岡知夏** 今は比較的時間があるので、準備は自分でして、針を差す時に母を呼んで一緒にしてもらっています。また、あとの片づけは一緒にしています。

**佐々木** すぐに動いて、一緒に片づけをしているのですか。

**市岡知夏** はい。わりと元気なので。

**佐々木** 加藤さんのところも、ほとんど全部をご自分でやられているのですね。

**加藤啓一** 重たいものを運ぶのは介助者の私の役目ですが、あとは全然手がかりません。

### 透析が終わってからも弓をひく

**岡山** 加藤さんは、今はお仕事をやめられて趣味に励んでいらっしゃるようですが、どのような生活をされているのですか。

**加藤操** 私は今、主人と同じ弓道と、フラダンスを5年しています。フラダンスは運動量としては多くなく、音楽自体も癒し効果があってとてもいいですね。弓のほうも筋肉トレーニングとして、骨密度にいいという話を聞いたからです。

**加藤啓一** 私が弓道を始めたのは12年程前です。最初の6、7年は仕事があるので、昇段試験や試合にも出ず、練習していただけでした。しかし、たまたま妻を誘ったら、「あなたにも少し自由を」ということで、土、日に稽古に出られるようになりました。今は競技としてやってみて、去年は国体にも選手として行きました。

**加藤操** 弓は大きな動作はない

ので、私にも十分できますし、主人とも一緒にできます。透析が終わってからも稽古に行きます。最初は立っていても、冷や汗が出てきました。また、道場は板の間なので冬の冷たさに耐えられず、最初は挫折したのですが、それを乗り越えた時点で、これから先も続けられると思いました。

**佐々木** あきらめずに、少し無理をするくらいでパワーが出てくるのでしょうか。

### コンビを上手く続けさせる

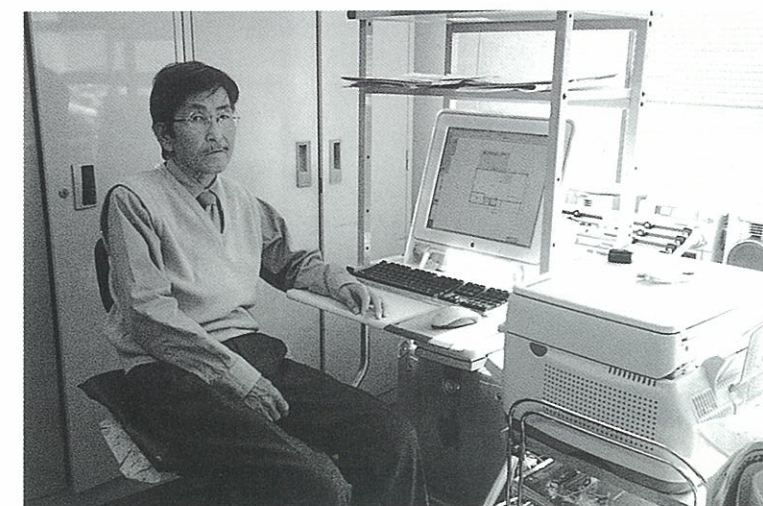
**岡山** 家庭透析の場合、透析の準備などで共にいる時間が長いのですよね。その間に、トラブルなどが起こったとしても、長い家庭透析歴の中で理解しあい、一緒にできることなどが形成されていくのでしょうか。

**加藤啓一** お互いに我慢することが一番ではないでしょうか。自営業でしたし、別行動は入浴中くらいで、普通のご夫婦の何倍もの人生を送っている感じでした。

**田中美智代** 家で透析をしていると、この人の透析という感じはしないのです。「私たちの透析」なのです。

**岡山** 一人の体ではないという感じなのですね。

**西谷** 夫婦仲がずっといい時ばかりではないと思うのですが、どのように乗り越えて続けさせていくのでしょうか。



自宅で仕事をする田中さん

**佐々木** 親子のほうももっと激しいかもしれませんね。

**市岡知夏** 訓練中も、ケンカ腰の時がありました。

**田中美智代** 結局、心配のあまり言うことが多いですね。

**佐々木** 伊藤さんのところは、お二人は仲がいいですよ。

**伊藤敬一** というよりも、我慢しているのでしょうか。

**佐々木** でも思いやりは深く、奥様が倒られた時などは、本当に率先して労っておられましたから。



西谷佐智子 主任  
(新生会第一病院在宅  
透析教育センター)

### 健康維持の工夫

西谷 健康を維持していく上で、多少無理をして、負荷をかけたほうが維持できるのではないかということが、私も理解し始めてきました。家庭透析の方は貧血も自力で乗り越えて維持されている方が多いです、Kt/Vも比較的良好な値です。健康維持で自分なりの工夫があれば、参考までに教えていただければと思います。

#### エアロビクスを続けることで全身状態が良好!!

伊藤敬一 透析が始まって子供たちと動いていましたし、放課後の部活動も一緒にしていました。しかし、年齢とともにだんだん衰えも出て、小学校に変わってからは特に動きが少なくなり、食べなければいけないこともあって少し太ってきたのです。そしてある日、日常の靴をはくという動作で、トントンとつま先をついた時に、膝にすごい痛みが走りました。整形外科で膝が老化していると言われ、その時にたまたま通える範囲にスポーツジムができたので、一念発起して行き始めました。それ以来、もう10年になります。それまではいつも5月頃から、夜に寝る時に足がほてってだるくなり、寝つくまでに時間がかかっていたのですが、知らない間に消えていました。また、爪も弱かったのですが、1~2年目くらいから変わってきて、全身症状はとても楽になってきました。今も週2回、ジムに通っています。

岡山 どんな運動をしているのですか。

伊藤敬一 エアロビクスです。途中できつくなれば、適度に調節しながら動いていますが、本当に汗がよく出て気持ちがいいです。

伊藤さち子 仕事で忙しいから疲れているのではないかと思っても、行きますね。新生会の診察の帰りも、ジムに寄って帰ってきます。足の裏などがざらざらしていたのが、きれいになりましたね。

伊藤敬一 手足の末端の変化は、実感しました。

小川 エアロビクスは有酸素運動ですから、血液循環がよくなるのでしょうか。

西谷 よく足のほてりを訴える方がいらっしゃいますが、エアロビクスなども勧めることができそうです。

伊藤敬一 ジムではその人に適した運動を選択できますので、運動はやはりいいと思います。

佐々木 付け加えれば、現在伊藤さんは大腿骨や頸部に合併症を抱えています。その中で、自分のできる運動をうまくやっていらっしゃるのです。

#### リラックスすることの大切さ

佐々木 田中さんもやっていらっしゃるのでしょうか。

田中彰良 運動しなさいと言われながら、ほとんどしていませんね。子供ができる以前のことで、体調もあまりよくなって、くよくよしていたのですが、その頃、天台宗のお坊さんに「人間の寿命は決まっている」と言われたことがありました。「決まっている以上は、いつかは寿命は尽きるものであり、その間、心配しながら過ごすよりも、目一杯やりなさい」と。

それから気持ちがふっきました。ですから、お腹が痛い、気持ちが悪いと言いますが、翌日には忘れてしまいます。あまり物事にこだわらない性格なので、そう考えることでやってこられたのだと思います。

佐々木 奥様がご主人様をなんとか動かそうと、ずっと努力をされていますよね。奥様自身は、何か健康

法をされていらっしゃるのですか。

田中美智代 時間がなく、面倒を見られないのに犬を買ってきたり、猫をつれてきたり。



田中美智代さん  
(介助者/妻)

佐々木 動物の世話や、会話などが癒しになっているのかもしれないですね。

小川 田中さんがリラックスできる時間帯はいつですか。

田中彰良 透析中は寝ています。わりと苦しいことがあっても、1日寝ると忘れる性格ですから。

小川 それが透析33年の秘訣でしょうか。

田中美智代 だから、私も助かります。だんだん自分も巻き込まれて、「そういうものか」と。

小川 リラックスをすることは大事ですね。透析中にどうやってリラックスするかは、その人それぞれのやり方なのかもしれません。

#### ダンスやゴルフも足の運動にとっても良い

佐々木 市岡さんも、リラックスの方法をそろそろ覚えられるといいですね。何かありますか。

市岡ふみ子 娘と主人と3人で、社交ダンスを始めたいです。それと来春デビューを目指してゴルフの練習をしています。

小川 姿勢もよくなりますよね。

市岡知夏 週1回、20分だけのレッスンで、今日もレッスンを受けてきましたが、思ったよりもきついです。でも、家に帰ってきて、鏡の前でポーズを作ったりして意外とはまりました。足などにもとて

もいい運動になります。

佐々木 皆さんいろいろやられていて、私たちのほうが見習わなければいけないですね。

#### ルールを守って透析をする

佐々木 透析日を多少は変えたり時間をずらしたりということはあっても、かなり変えてしまうということはあるのでしょうか。

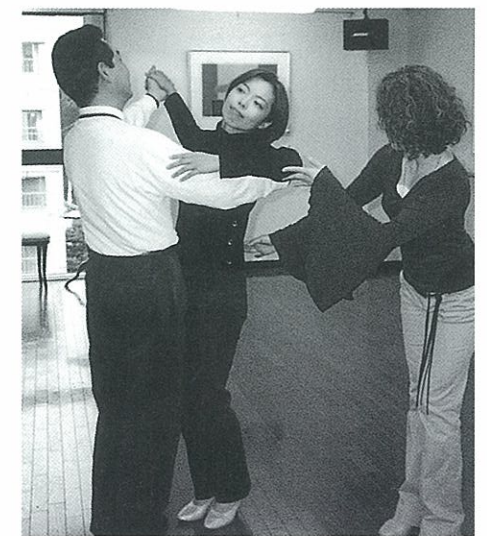
加藤操 2日空いた時は、次の朝一番でします。3日目に入るような形では空けません。

伊藤敬一 日曜透析ができるようになってから、月水金と日曜などを予定してあまり変えません。

田中彰良 私もほとんど変えませんが。

佐々木 私はこれが健康維持のひとつの秘訣だと思います。極端に変える人と、変えることはあっても、その際にルールがきちんとある場合とでは、かなり体調が違うような気がします。

岡山 家庭では医療者不在で、監視している人はいないですから、週に1回しかやらなくてもいいと考えてしまうこともあると思います。ルールを守って長く続けるということは、自分の意志がきちんとないと、なかなか難しいことです。ですから、すごいと思います。



社交ダンスを練習する市岡さん親子

## 機械の改良点・安全性について

**佐々木** ご年輩の方には機械が扱いにくいという意見がありました。村上部長はこれからの機械を担う立場として、お尋ねになりたいことはありますか。

**村上** 皆さんは多分、仕事が終わってから透析の準備を始めて、夜に行うという形だと思います。家庭透析のメリットを活かすと、時間を長く、あるいはゆっくりやるということから、就寝しながらでも続けられる形が望ましいと思います。今の状況下で透析中にゆっくり寝ることができですか。

**田中彰良** セッティングさえきちんとしておけば、寝られます。私の場合は、妻がずっとついてくれるので、そんなに不安はありません。

**加藤操** うつらうつらはしますが、やはり忘れることはできません。私の場合、就寝時にはとてもできませんね。

**村上** 恐いのは針のほうですか。それとも、機械側の問題ですか。

**加藤操** 針が気になります。

**村上** 針の改良も必要なことですね。

**田中彰良** そういう意味では、時々目は覚めますが、寝る時はぐっすり寝ています。

**村上** 市岡さんも施設透析ではよく寝ていましたね。

**市岡知夏** 今は、家では少しは寝ますが、タイマー



市岡さん家庭透析風景

をかけています。やはり不安があります。

**村上** 透析が20～30年となると、そろそろ機械のほも古くなってきます。現在使用している機械の改良点などがありましたら、教えていただけますか。

**田中美智代** トラブルがあった場合、復帰させるのが大変です。慣れてくればいいのですが、新しい人たちには少し大変かなという感じですね。

**田中彰良** 機械そのものではないのですが、物品のサプライのダンボールやゴミの処理が困ります。

### 停電時の問題、バッテリー面での改良を!!

**田中彰良** 停電の時はロウソクか懐中電灯を使って、かなり大変な思いを何回か経験しました。ですから、遠くでゴロゴロ鳴りだすと、気をつけています。私は停電時にケーブルを外してしまったのですが、あれはしなくてもいいのですか。

**村上** 一応、外したほうがより安全です。キャップを用意しておいて。伊藤さんは、停電は経験されていますか。

**伊藤敬一** 停電になりそうな時は何回もあるのですが、実際には経験していません。山がかなり近くにあり雷が激しい時もありますので、心構えはしています。

**小川** 台風などが来るという時には、意識的に透析をずらすのですか。

**田中彰良** 直撃などという時はやめますが、ほとんどやりません。

**村上** 最近の装置はバッテリーを積んでいて、いろいろ便利にはなっていますが、部屋が暗くなるのが一番つらいですから、その辺の備えが大事ですね。市岡さんのところに入った新しいタイプですと、バッテリーが入っていますので、血液ポンプは30～40分程度回ります。

### 家庭透析専用の使いやすい機械の開発を!!

**佐々木** 加藤さんは新しいほうの機械ですが、何か気づかれたことはありますか。

**加藤操** スイッチの位置が少し遠く、透析後半では体をねじると足がつる感じがしますので、編み棒で作った主人特製の棒でスイッチを押したりしています。ベッドも機械に近いように、マットを2段にして少し高くなるように工夫しています。

**加藤啓一** 目の前にスイッチがあるといいですね。

**村上** 日本では家庭透析の患者さんはまだ少なく、家庭透析専用の装置が今はないのです。基本的に、病院で使っている機械をほぼそのまま家庭に持ち込んでいる状態です。いずれリモコンなど備えた専用の装置を開発していく必要があります。

**伊藤敬一** より小型になるとよいですね。リモコンはライン付きでもいいですよ。

**田中彰良** 簡単な血液流量の調整などのリモコンがあればいいですね。

**岡山** TVの音量調節のような静脈圧の上下限くらいのもので作ってもらえれば、トラブルの防止になりますね。

**村上** その辺はいろいろと考慮して、いいものを作っていきたいと思います。

### 簡単に準備できる機械があれば

**佐々木** 市岡さんは先ほど準備に時間がかかるとおっしゃっていましたが、プライミングの準備をしてから終わりまで、実際に今は何分くらいかかりませんか。

**市岡知夏** 準備の時間は皆さんの機械よりずっと短いとは思いますが、当初の想像よりかかるなと思



加藤啓一さん  
(介助者/夫)

村上辰和嘉 部長  
(新生会第一病院臨床  
工学部)



ました。慣れてくればもっと短縮できると思います。針をさすまでに1時間15～20分くらいかかっています。

**佐々木** 伊藤さんのところはリクセル(β<sub>2</sub>-ミクログロブリン吸着器)も使っていますから、プライミングの時間がよけいにかかりますよね。

**伊藤さち子** 10～20分、よけいに時間がかかるようになりました。消毒を除いて、40分くらいです。

**佐々木** つまり、ベテランでもそのくらいはかかるのですか。リクセルのプライミングに10～20分かかってしまいますので、実際にそれがなければ30分くらいですか。

**村上** 回路にしても、カセット式であまり手間がかからない形を考えていきたいと思っています。

**小川** やはりプライミング時間が短くなると思います。そして、できたら透析時間を短くという点は、なかなか難しいところがあると思います。カナダでは、夜間に寝ながら8時間透析をしています。また日本でも昼間8時間の長時間透析を実践しているドクターの講演を聞いています。やはり栄養状態や生命予後はいいようです。就寝中の長時間透析については、本当に安全性は大丈夫かというところがあります。

**市岡知夏** 血圧が下がったりすることはないのですか。ゆっくりやっていたら、安全なのですか。

**小川** 8時間くらい行きます。血流は250～300mL/分ですが、透析液量は100～200mL/分と少なめなようです。

**市岡知夏** その間は、観察している人はいないのでしょうか。



村上 機械任せですね。

小川 そういう機械任せの透析もあるということですが、新生会としては、今のところは見える範囲のところまでやっていきたいですね。安全な透析管理体制とは何かと、考えながら行っています。

村上 いずれにしても、日本の家庭事情に合わせて、機械を軽く小さくすることは必要ですね。あと、水代がかかるので、廃液利用も考えていかないといけませんね。

#### データが記録され、オンラインで…

伊藤敬一 機械の現在の進行状況が、データとして病院とオンラインでつながるのもいいと思います。

村上 市岡さんの新しい装置はデータが出せるのです。ですから、あれを加工して、電話線でつなぐか、あるいはハードディスクにそのまま落として保存する方法はありますが、その辺も考えていきたいと思っています。現状では家庭での透析中の状態は、事後報告です。リアルタイムに見る必要はないのですが、正確な情報が出れば一番いいと思います。

佐々木 たとえば、透析カードに記録を出せるようなことができれば、患者さんたちも書かなくて済むし、私たちはどこでトラブルが起こったかということが、発生時にわかるようになればいいですね。そうなれば、患者さんに電話でひとつずつ確認するという作業を、少し省略できる可能性がありますね。



伊藤さち子さん  
(介助者/妻)

### 今後の期待 ～私たちにとっての透析～

西谷 病院や私たち医療スタッフに対して、期待や希望があれば、ぜひうかがいたいのですが。

#### 今後のサポートも大事にしてほしい

伊藤さち子 家庭透析が始まって何年も経ちましたが、その間に不安に思ったことは、本当にありませんでした。その根底には、皆さんのサポートへの信頼があったからです。電話をすればすぐ何らかのかたちで答えていただけるし、適切なアドバイスをいただける。実際に深夜にかけて、折り返しお電話をいただき対処してきたことがありましたから、いつでも連絡ができるということで安心してやってこられたのだと思います。今後とも、そういう連絡を大事にしていきたいですね。

#### スタッフの前向きな姿勢に励まされながら

伊藤敬一 病気になった頃、他の医療従事者と透析に携わる人たちの雰囲気の違いをととても感じました。つまり、生きていくための透析ではなく、社会復帰するための透析であり、しかも、社会復帰をもう少し進めるための家庭透析があるという考えのスタッフの意気込みや基本理念が、とてもわかりやすかったので、新生会の方達はとても身近に感じました。患者と医療側のスタッフというのではなく、知り合いのような雰囲気があって、そういった面はこれからもずっと持ち続けて欲しいと思います。電話1本かけるにも、気楽な感じで話せますので。

佐々木 いいところは大切にしていきます。田中さんはいかがですか。

田中彰良 私たちがこうして生き延びてこられたのも、やはり後ろ楯になってくださる皆さんの存在にあると思います。透析を始めた頃の先生が、人工腎臓は手や足がない人が義手や義足をはめるのと同じ

で、腎臓の代わりに機械でやるんだと言われて、それですってやってきたのですが、それを行うためには、やはり支えてくださる人がいないとできないので、これからもよろしくお願いします。

佐々木 市岡さんはまだこれからで、きっと私たちに対する期待もあるでしょうが、いかがですか。

市岡知夏 病気という感じではなく、生活の一部の透析という捉え方をできるようになってきたのも、やはり家庭透析のお陰ですし、スタッフの方々の前向きな姿勢のお陰です。

市岡ふみ子 娘と同感なのですが、前向きな姿勢で引っ張っていただき、とても感謝しています。もし、病気として捉えて先が短いという暗い感覚だったら違っていたと思います。透析に従事していない医療の方は、意外と透析は大変で可哀想だというイメージを持っていらっしゃるのです。先日、貧血が長かったせいかホルモン異常や不正出血があったので、たまたま近くの産婦人科に行ったのですが、その先生が「見ていられないくらい気の毒だ」と、娘を見ておっしゃるのです。でも、「私たちはそうではないのに」と思いまして、新生会の方々の姿勢が非常に勇気につながりました。

佐々木 先輩はいっぱいいますし、皆で力を合わせてやっていきましょうね。



市岡ふみ子さん  
(介助者/母)

#### 緊急・臨時透析にも対処

佐々木 加藤さんのところは長いので、きっといろいろな期待があるのではないかと思います。

加藤操 期待より、歳をとってだんだんと自分たちの体の不安のほうが多くなりました。主人もこの前、めまいがすると言って、緊急で近くの病院に入ったのです。幸いその晩に帰ってこられたので、夜は遅かったのですが透析ができました。そういうことがこれからはあるでしょうから、その時に「今日行きます」と言って、臨時透析がはたしてお願いできるかどうかもわかりませんし。

小川 近くのところにまず頼んで、だめな場合は最終的に新生会のほうに電話をしていただければ大丈夫です。



## おわりに

**小川** 本日までご参加の皆様のご多くは、我々が透析に従事するより前に始められた方です。その意味で、皆様は我々の大先輩で、今日は本当にいろいろなことを教えていただき、ありがとうございました。

新生会関係の透析患者さんで、30年以上の方が4人いらっしゃいますが、田中さんが一番長くて33年、伊藤さんが27年です。今後、家庭透析30年以上の人がだんだん増えてくるのだらうと思いますが、一方で2001年12月末の日本透析医学会の家庭透析の現況を見ますと、約22万人の透析患者さんのうち103人、割合として0%です。介助者の方の存在や、

機械もある程度の訓練が必要等、多少制約もありますが、それにしてもあまりにも少なすぎるということで、もっと増えてくるといいと思います。たしかに家庭透析の歴史は長いのですが、普及はまだまだこれからという面があります。

今後、家庭透析の患者数をなんとか0.1%に増えるようにしていきたいと思います。その意味で、これからも皆様にはますます元気でがんばっていただき、いつも私たちに教えていただけるとありがたいと思います。これからも、よろしく願いいたします。

**佐々木** 本日は長い時間、どうもありがとうございました。

## 《後記》

文中に「家庭透析」という言葉が度々出てきますが、私共の施設においては長年「家庭透析」という言葉を使っています。その言葉にはat homeな雰囲気もあって、私共は親しみを持ってかつ好んで使っています。このような座談会の中では自然と「家庭透析」という言葉が出てきます。正式には「在宅血液透析」かもしれませんが、ご容赦願いたいと思います。

新生会第一病院 院長 小川 洋史

● 座談会

## 家庭透析へのかけ橋

発行／2003年3月

企画／中外製薬株式会社

制作／株式会社 三原医学社