

P2-C-0749**外来血液透析患者における透析日の理学療法介入の効果の検討**

清瀬 直子

おさふねクリニック

key words 血液透析・運動療法・外来**【はじめに、目的】**

2010 年の日本透析医学会の調査では血液透析 (HD) 患者の約 9 割が頻回の通院をしながら在宅生活を送っている。外来 HD 患者は、通院による時間的拘束、食事制限による活動性・意欲の低下のため、動かない・動こうとしない傾向が強く非 HD 日の運動療法では脱落率が高い。K/DOQI のガイドラインで運動療法が推奨されるようになってから、HD 中の運動療法が注目をされるようになった。しかし、HD 中の運動療法に理学療法士が介入している施設は少数である。また、看護師や技師が多忙な業務の合間に提供していることも多く、リスク管理の面から比較的全身状態の良い HD 患者を対象としている。本研究の目的は、外来 HD 患者のうち合併症や併存疾患により ADL 低下や易転倒となった患者を対象とし、HD 日に行った運動療法を中心とした理学療法の長期的効果について検討することである。

【方法】

対象は、歩行困難や易転倒を訴える HD 患者のうち、HD 日毎に 12 カ月以上継続して理学療法を実施した HD 患者 23 名 (72.3 ± 8.9 歳、男性 15 名、透析歴 6.2 ± 5.0 年、理学療法継続期間 3.6 ± 0.7 年) である。理学療法は個別に行い、歩行困難な HD 患者には HD 前にリハビリ室で、ADL が自立できている HD 患者は HD 中にベッド上で行った。理学療法士が不在の時は、あらかじめ設定したプログラムに従い透析室のスタッフがセッティングや観察を行い、週 2~3 回の頻度で 30~60 分間ずつ実施した。評価項目は生化学データより %クレアチニン産生速度 (%CGR) を算出し、筋力評価として透析前の握力、バランス・歩行評価として Timedup&Go test (TUG) の 3 項目について 6 カ月毎に最長 36 カ月間追跡し ANOVA で検討した。統計学的分析には SPSS Ver.19.0 を使用した。

【結果】

観察期間中に 6 名が介護サービスの利用開始や自宅で運動が可能となったため介入を終了した。また、4 名が死亡により終了した。介入開始時の各平均値は %CGR が 67.4%、TUG が 15.7 秒、握力は 17.8kg であった。 %CGR の平均値は 6 カ月目で 72.1%、12 カ月目で 74.3%、18 カ月目で 75.4% と徐々に増加していく傾向がみられ、介入開始時と比べ 20~30% 増加した値が 36 カ月間続いていた。介入時に TUG の計測が可能であったのは 23 名中 18 名であった。TUG は、6 カ月目の平均値が 13.0 秒となり、その後も平均値は保持されていた。高齢者の転倒リスクの基準となる 13.5 秒以上の患者が、介入時は 9 名であったが漸減し 24 カ月目には 3 名となった。握力に変化は無く 36 カ月間、値は保持されていた。観察期間中、 %CGR、TUG、握力とも有意な変化は認めなかった。また、理学療法実施中に HD を中止するような事故はなかった。

【考察】

統計学的に有意な改善は認められなかったものの、理学療法開始以降に %CGR と TUG では改善傾向があり、その後も保持されていた。開始時の %CGR 値から栄養状態、筋肉量ともに不足していたことが推測される。加齢や合併症の進行などにより運動機能の低下しやすい HD 患者の運動機能が長期間保持されていることは、理学療法の有効性を示している。また、HD 日に行うことで脱落者はなかった。これは透析施設内で理学療法を行うことでわざわざ場所を移る必要が無い上、HD 前に実施する場合でも、運動療法の時間分だけ早めに来院すればよく、時間の確保が容易であったと考える。HD 患者においては、口頭指導のみではなかなか運動が習慣化されてないことが多く、特に合併症や併存疾患のある HD 患者は、それぞれ個別の運動プログラムが必要とされる。また、ドライウエイトの設定変更や食事・飲水・排便による体重の増加量などで血圧変動や体調の変動しやすい HD 患者に理学療法を行う場合、他職種からの情報が重要であるため、透析施設内で理学療法が行えることは安全面の上でも有意義であると考えられる。

【理学療法学研究としての意義】

HD 患者に対する運動療法が奨励されているにもかかわらず、多くの HD 患者が通院している透析クリニックにおいて運動療法が導入されていないのが現状である。HD 患者に対する理学療法介入の効果を明らかにすることは、透析医療の一環として理学療法が認知されるために意義あるものと考えられる。