

# 高齢者透析患者の栄養管理

市川和子

平成 22 年 8 月 21 日/札幌市「第 7 回北海道高齢者透析研究会」

## 1 はじめに

2008 年の透析導入患者の平均年齢は 67.2 歳，維持透析患者の平均年齢は 65.3 歳と年々高齢化は加速度的に進んでいる。最近では，80 歳以上での透析導入患者にもしばしば遭遇する。このような患者では，生活活動量も低下し，従来の透析食ガイドラインに準じた食事からの栄養量を充足できない場合が多い（図 1，表 1）。その理由としては，腎不全という病態に加え高齢者特有の身体機能上の問題があげられる。今後は，

食べ過ぎによる合併症から，摂食不良による低栄養状態（protein energy malnutrition）患者の急増も透析の現場が抱える大きな問題になると言える。

## 2 高齢者の特徴

ここで，一般的な高齢者の特徴について考えてみる。加齢による身体上の問題点は以下である。

### ① 臭覚や味覚の減退

加齢により鼻腔内臭細胞の萎縮による臭覚鈍化，味を感知する味蕾の減少による味覚閾値が鈍化する。そ

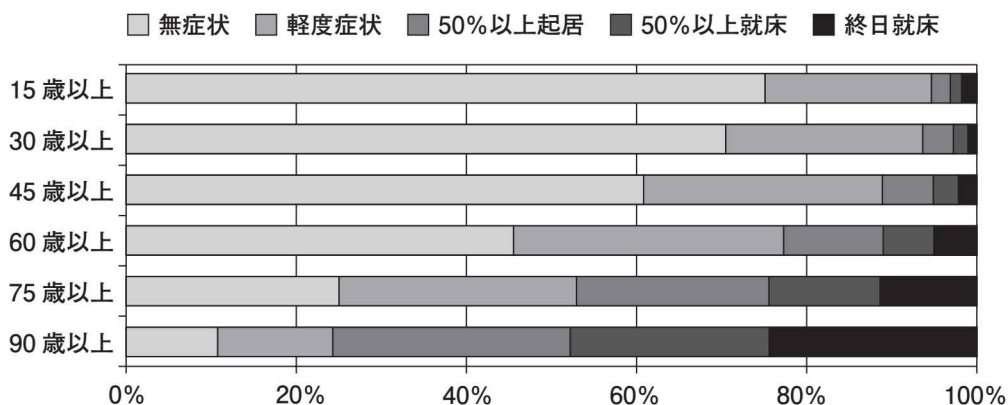


図 1 透析患者の日常生活  
(参考 URL ①, ② より作成)

表 1 高齢透析患者 (70 歳以上) の食事・栄養摂取量

	BMI	エネルギー (kcal/kg)	たんぱく質 (g/kg)	食塩 (g)	水分 (mL)	カリウム (mg)	リン (mg)
健常者	23.2	32.3	1.12	11.4	1,200~ 1,400	2,483	981
透析患者	19.2	26.8	0.82	7.22	800~900	1,850	735

(文献 1, 参考 URL ③ より作成)

表2 高齢透析患者の特徴

	加齢による影響	透析による影響
心血管系	動脈硬化 心肥大など	高度な異所性石灰化, 動脈硬化 シャントトラブルなど
呼吸器系	閉塞性肺疾患 呼吸予備力低下	肺うっ血
消化器系	食事量低下 咀嚼嚥下機能低下	便秘
内分泌系	耐糖能低下 貧血など	腎性貧血・副甲状腺亢進症
神経・精神神経系	認知症・視力低下 味覚異常	高度の脳萎縮・血圧変動・眼底出血 尿毒症性脳症
運動器系	骨粗鬆症・能力低下 関節炎など	骨軟化症・透析アミロイド症 線維性骨炎
その他	免疫低下・易感染症 不定愁訴など	悪性腫瘍, 通院困難, 介護・社会復帰 の困難, 透析目的による社会的入院

(文献2より引用)

のため相対的に濃い味付けになりやすく、塩分過剰に陥りやすくなる。

#### ② 咀嚼力・唾液分泌量減少と消化能力の低下

高齢者、特に透析患者では歯牙欠損者は多く、70代ではほぼ半数以上が義歯を装着しており、唾液分泌量の低下により消化機能の低下を起し、栄養素の消化吸収を阻害する。

#### ③ 消化機能の低下による便秘と下痢

通常でも透析患者では便秘が多いうえに、さらに高齢者では消化管の運動機能低下により便秘は助長され重大な問題となっている。糖尿病透析患者では神経症などの関与により便秘と下痢の繰り返しが起こりやすく、低栄養状態に陥りやすい。

#### ④ 水分摂取不足による脱水

一般的に、水分摂取量が増えるとその分頻尿となり尿失禁に繋がることから、無意識のうちに飲水量が低下して脱水状態を引き起こす高齢者が多い。特に腎不全保存期の患者では、夜間尿が増えるので、飲水制限をしたり、透析導入後間もなく尿が維持できている患者での極端な水分制限は脱水に繋がるがあるので注意する。常に尿量を観察しながら調整する必要がある。

#### ⑤ 誤飲・誤嚥

咀嚼低下に加え飲み込みが上手くできないため、誤って気管に食物が入って誤嚥性肺炎を引き起こしやすくなる。気づかないうちに脳梗塞を起し、唾液など

を誤嚥して無症候性の誤嚥性肺炎を起していることがある。油断すると重篤な状態を引き起こし生命の危機にさらされることがあるため、現在最も医療や介護の現場で深刻な問題となっている。これら高齢者の特徴を表2にまとめた。

### 3 これからの栄養管理

食事をはじめとする食文化は地域により様々で、長年の伝統的な食生活が根づいているため、透析患者においては、栄養教育によりある程度は改善できるが、家族の協力が重要な鍵となる。最近では、このような時代背景を見据えて、高齢者向けの介護食品（とろみ剤、ソフト食、栄養剤など）や、治療用特殊食品などの開発が著しい。在宅での介護や栄養ケアのさいには、対象者の身体機能や嗜好を考慮して、上手く活用することを推奨する。

#### 文 献

- 1) 川崎医科大学附属病院での透析患者の栄養調査（非公開）。
- 2) 中尾俊之, 岩澤秀明: 透析患者高齢化の現況と栄養管理の意義. 臨牀透析, 109(9): 842-845, 2006.

#### 参考 URL

- ‡1) 「総務省統計局人口推計（平成21年10月1日現在）」<http://www.stat.go.jp/data/jinsui/2009np/index.htm>
- ‡2) 「わが国の慢性透析療法（2009年12月31日）」<http://docs.jsdt.or.jp/overview/pdf2010/p059.pdf>

‡3) 厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室「平成 21 年  
国民健康・栄養調査結果の概要」<http://www.mhlw.go.jp/stf/>

<houdou/2r9852000000xtwq-img/2r9852000000xu3s.pdf>

\*

\*

\*