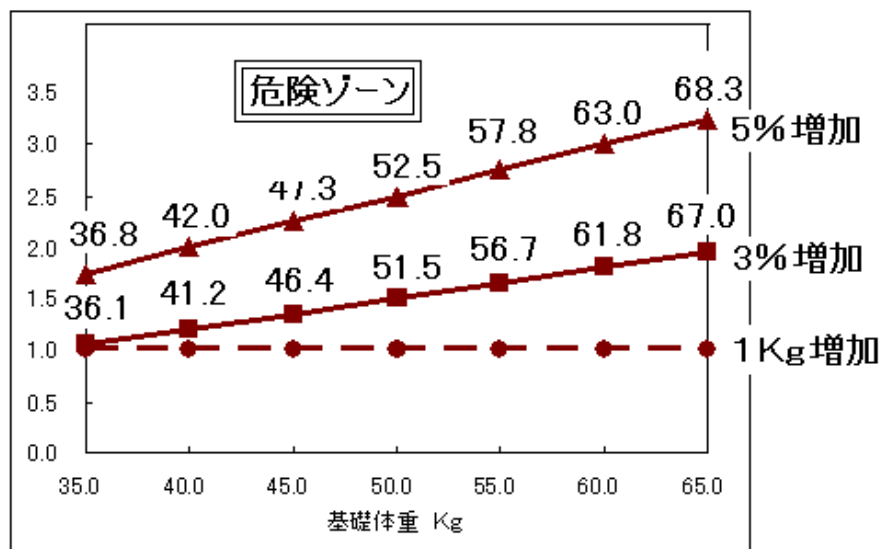


○ 私の体験発表(寺尾 文範さんのよもやまばなし パート1)

私が透析を始めた30年ほど前の頃は、長期透析者がいなくてデータも少なく、今ほど合併症に対しての話はありませんでした。

それよりも、日常の塩分と水分の自己管理を厳しく指導されました。

現在の水分増加の目安は、1日あきで3%以下、2日あきで5%と なっていますが、当時はなるべく1kgの増加に抑えるようにとかなり厳 しかったことを覚えています。



《私の思い込み》
水分増加が多く
て、透析前が辛く、
透析後に元気な人
は、長生きしない。



○ 私の体験発表(内田 貢朗さんのよもやまばなし パート3)

導入当時(昭和55年)まだ若いので、10年 ぐらいいは透析で生きていけるだろうと言われ、一 生懸命やってきました。幸いまだ元気です。透析 技術等の進歩のおかげだと感謝しています。現在 の透析患者の平均余命は右図のように伸びてきて います。そのためか、最近の透析患者さんは、本 来透析がなければ、尿毒症で命がないということ を忘れていませんか。

死への危機感がなく、シャントの腕を差し出せば、病院が透析をしてくれ て、いつまでも生きて行けると勘違いしているのではありませんか。長生き するには、自己管理以外何もありません。カリウム、リン、体重増加、シャ ント管理等々いろいろ管理するものがあります。自分自身で管理しなければ 誰も管理してくれません。常にデータを気にして、自分の変化に気を配ること です。しっかり管理して、長生きしましょう。

これで私のよもやまばなしは終わりとなります。

$$\text{最近の透析患者の余命} = \frac{(\text{平均寿命} - \text{導入年齢})}{2}$$

といわれています。

