



○透析患者さんの「かゆみ」は、非常に多い合併症です

透析患者さんは、様々な原因から皮膚のかゆみを訴える方が非常に多く、かゆみは、日常生活に大きく影響します。今回は、かゆみの主な原因と、対処方法、予防法について紹介します。

☆かゆみの主な原因

● 皮膚の乾燥

透析患者さんの皮膚は、乾燥状態が強く認められます。皮膚の水分保持能力の低下や、汗腺数減少による発汗低下も乾燥皮膚の原因です。

● 毒素の蓄積

尿毒素物質の蓄積や血液中のカルシウム・リンバランスの異常も、かゆみの原因になります。

● アレルギー反応

ダイアライザと血液の接触によるアレルギー反応が、かゆみの原因となることがあります。

● 薬剤

消毒液、麻酔テープ、回路固定用テープなどが原因で、かゆみを生じることがあります。

☆かゆみの対処方法

・皮膚の乾燥による痒み

外用薬（塗り薬）を使用することで、皮膚の乾燥を防ぎます。内服薬を使用する場合もあります。

・週2回透析や3時間透析による尿毒素物質の蓄積が原因の場合

週3回透析や透析時間の延長によってかゆみが軽減する可能性があります。

・ダイアライザ、薬剤、テープなどが原因の場合

他の種類のものに変更します。

☆かゆみを予防するには…

正しい入浴

やさしく洗い、しっかりすすぐ。入浴後すぐに保湿剤を塗ることを心掛けましょう。こしこし洗い、熱い湯での入浴は控えましょう。

肌に合った衣類

ちくちくするものや、吸湿性の悪い素材の衣類はかゆみを起こすことがあります。着る前に手にとって感触を確かめてみましょう。



保湿剤を塗る

上手な塗り方は、

1. 清潔な手で
2. 薄く伸ばす
3. しっとりすれば適量

部屋は加湿

空気が乾燥していると皮膚も乾燥します。夏でもエアコンの効いた部屋は乾燥します。濡れたタオルを部屋に干すなど工夫を！

低リン食

リンが高いと、かゆみの原因となります。低リン食の摂取や、リンを下げるお薬の正しい飲み方が大切です。

透析患者さんのかゆみ予防に**スキンケアは欠かせません**。さらに、衣・食・住にわたる日常生活の工夫も大切です。また、どうしてもかゆみが治まらない場合には医師に相談して下さい。お薬を出すことも可能です。