



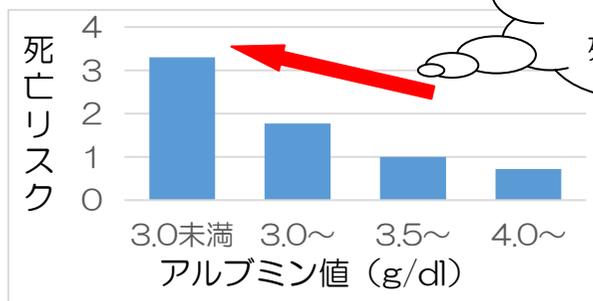
日中の日差しも強くなり、新緑の色が増す季節となりました。
今月は、低栄養についてご紹介します。

低栄養になっていませんか？

高齢化に伴い、透析患者さんの低栄養が大きな問題となっています。体重が増えないようにと、食事を抜いたり、過剰な制限をしてしまうと、エネルギーやタンパク質が不足し、低栄養になってしまいます。

栄養状態は、血清Alb（アルブミン）の値で、おおよそ判断できます。様々な調査で、透析前のアルブミン値が高い方が、低い方に比べて生命予後が良い事が分かっています。

※血清Albと死亡リスク

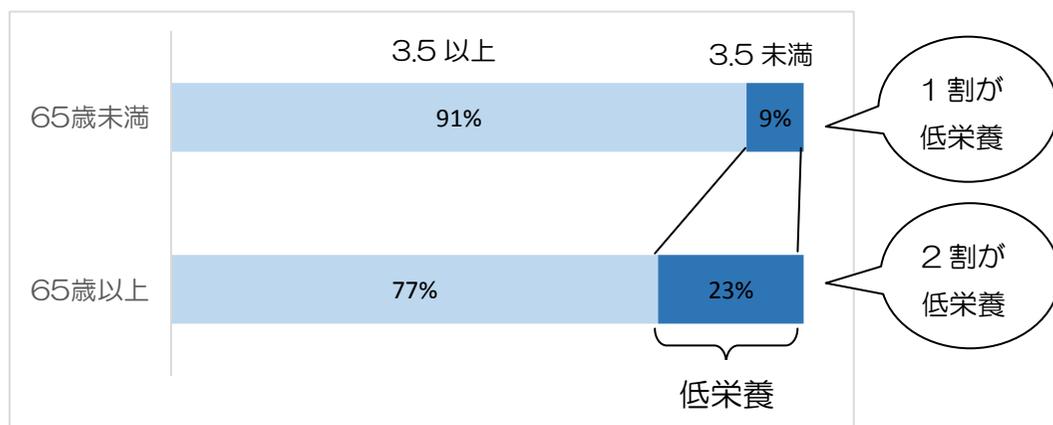


Alb3.5g/dl以下では、
低いほど
死亡リスクは高い！



※我が国の慢性透析療法の現況より

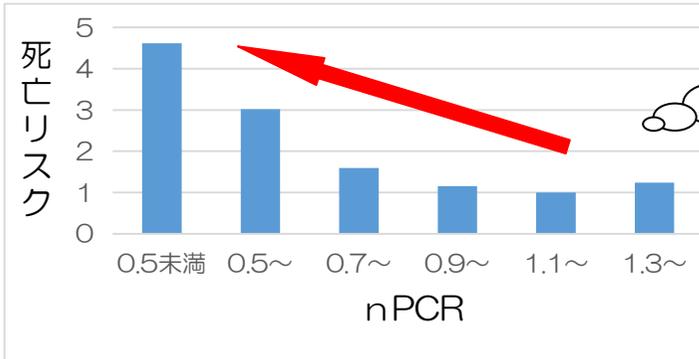
【当院の透析患者さんのアルブミン値（2020年4月の採血より）】



アルブミン値 3.5 未満を低栄養とすると、当院の患者さんの割合は 65 歳未満で 1 割、65 歳以上の方で 2 割が低栄養でした。

食事は足りているか、n-PCR（食事におけるたんぱく質の摂取量）をもとめることで、食事を推測することができます。

※n-PCR 値と死亡リスク

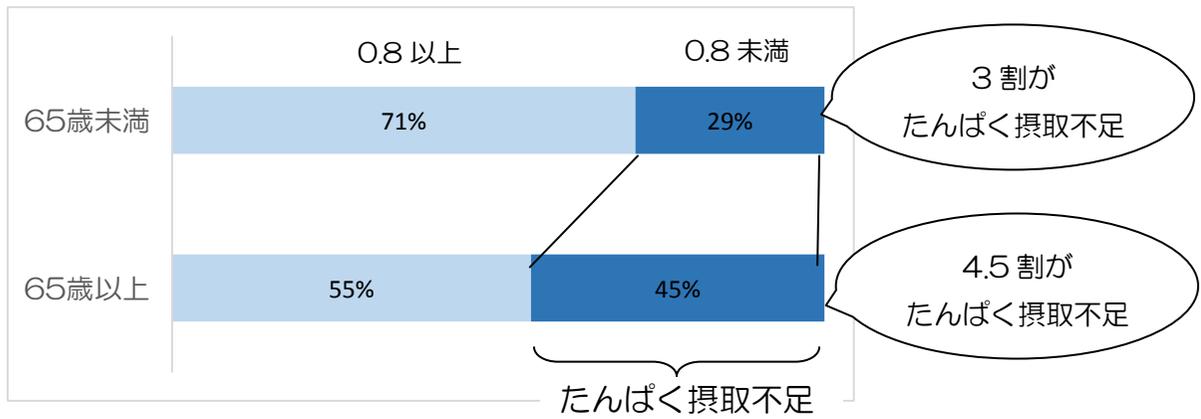


nPCRが低いほど死亡リスクがあがる！



※我が国の慢性透析療法の現況より

【当院の透析患者さんの nPCR（2020 年 4 月の採血より）】



nPCR 値 0.8 未満をたんぱく摂取不足とすると、当院の患者さんの割合は 65 歳未満で 3 割、65 歳以上の方で 4.5 割がたんぱく摂取不足でした。

血液検査の結果より、栄養状態を確認しましょう！

あなたのアルブミン値（過去 1 ヶ月の栄養状態を表す）
 （ g/dl） 目標値：3.5g/dl 以上

あなたの n-PCR 値（食事におけるたんぱく質の摂取量を表す）
 （ ） 目標値：0.8~1.2