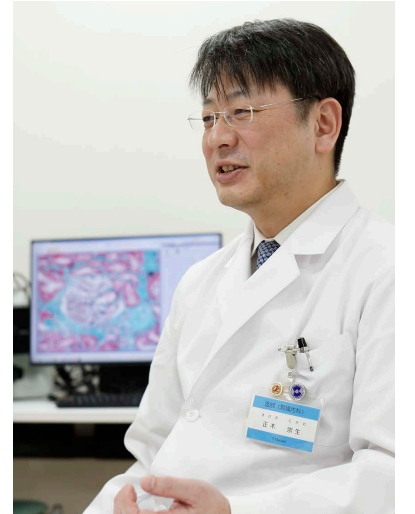


病気のことも、自分の気持ちも、しっかり知ってしっかり選ぶ 最適な腎代替療法は人それぞれ。 話し合うことで人生を豊かにする 治療方法を見つけよう

末期腎不全の治療には、いくつかの選択肢がある。治療とともに生きる人生を見据え、ライフスタイルに適した腎代替療法を選ぶことが、よい治療生活を送るためには不可欠だ。広島大学病院の正木崇生医師は、自分に合う治療法を選ぶには患者と医療者がよく話し合い、一緒に選択していくことが重要だと語る。



広島大学病院 腎臓内科
正木 崇生 教授

1992年広島大学医学部卒業、99年に広島大学大学院医学系研究科内科系専攻を修了し、広島大学医学部附属病院勤務。Monash Medical Centreでのリサーチフェロー、国家公務員共済組合連合会共済病院内科医長を経て2011年広島大学病院腎臓内科教授に就任。

- ・日本内科学会認定総合内科専門医
- ・日本腎臓学会認定腎臓専門医・指導医
- ・日本透析医学会認定透析専門医・指導医

末期腎不全、そして治療選択肢 納得できるまで質問をしよう

まず、慢性腎臓病は初期段階からきちんと病院に通って可能な限り病気を管理していくことが何よりも大切です。急激に悪くなると腎臓の働きに代わる腎代替療法を開始するのではなく、計画的に治療を導入できるように主治医と相談していきましょう。そして末期腎不全になると、腎代替療法を見据える必要が出てきます。「透析療法」や「腎移植」ですね。

ここで患者さんやご家族にお願いしたいのは、末期腎不全という病気の本質、腎代替療法が必要となるまでの期間、どのような生活の管理が必要か、また病気の経過や生命予後、合併症などについて私たち医療者に積極的に尋ねてい

ただ、慢性腎臓病は初期段階からきちんと病院に通って可能な限り病気を管理していくことが何よりも大切です。急激に悪くなると腎臓の働きに代わる腎代替療法を開始するのではなく、計画的に治療を導入できるように主治医と相談していきましょう。そして末期腎不全になると、腎代替療法を見据える必要が出てきます。「透析療法」や「腎移植」ですね。

ここで患者さんやご家族にお願いしたいのは、末期腎不全という病気の本質、腎代替療法が必要となるまでの期間、どのような生活の管理が必要か、また病気の経過や生命予後、合併症などについて私たち医療者に積極的に尋ねてい

盛りの世代や、旅行や趣味に時間を使いたいという方に適しています。また高齢者にとっては、透析が穏やかで身体の負担が少ないとも言われています。

これらの透析療法は、一つの治療法を選び、継続しなければならぬわけではありませぬ。腹膜透析は残っている自分の腎臓の働き（残腎機能）を保持しやすいことから、私は患者さんの状態が許す限り、まず生活スタイルを維持しやすい腹膜透析から始め、残腎機能が低下してきたら血液透析と併用、もしくは完全移行する形を推奨しています。

主治医と納得がいくまで 話し合える関係を育てていく

現在、日本では、血液透析を実施している患者さんが97%、腹膜透析を行う患者さんは約3%と報告されています^{*1}。患者さんと医師が治療法選択についてしっかりと話し合えてきている場合、腹膜透析を継続する患者さんが20%程度を占めるのが健全なわけではありません。患者さんが本当に自分のライフスタイルに合った治療法なのかを考える材料や時間が十分では



ないまま透析を開始していることが要因の一つと考えられます。

心の準備がないと、「透析」と聞いただけでショックを受ける方もおられるでしょう。確かに透析療法は腎移植をしない限り、その後の人生にわたって継続します。しかし、透析はきちんと管理していけば生命予後の良い治療法です。腹膜透析では在宅治療を医師が遠隔管理できる機器が登場したり、血液透析でも治療は日々進化を遂げています。自分に合う治療を選ぶことで趣味や仕事を続け、豊かな時間を過ごすことは可能なのです。そのために、近年、患者さん

と医療者が一緒に治療法を選択する「シェアード・デザインジョン・メイキング（SDM）…協働する意思決定」が、広まりつつあります。例えば、広島大学病院では慢性腎臓病で外来に通って症状が進んでくると、腎代替療法が必要になる前に1年くらいかけて診療の中で段階的に治療選択肢に関するお話をします。患者さんは、この間情報収集して知識を深めていき、診察の際に看護師に治療に関する疑問を聞いたり、栄養相談の際に治療生活について触れたりしています。また、それぞれの透析療法を行っている患者さんに会っていただき、治療生活を想像してもらっています。

その過程で治療生活の希望についても話し合いますが、その核になるのは「患者さんがどのように生きていきたいか」です。治療に主体的に取り組むのに不可欠な「人生の目標」を一緒に探していくように、ご本人やご家族ともコミュニケーションを取るのも私たち医療者の役目です。SDMの重要な役割だと信じています。広島大学では地域の基幹病院として、多くの施設に腎臓専門医を派遣する中で、早い段階からSDMを実施してきました。その結果、主体的

に自分に合った治療法を選ぶ患者さんが増えていると感じています。

豊かな人生を支えるための 最初の一步を踏み出そう

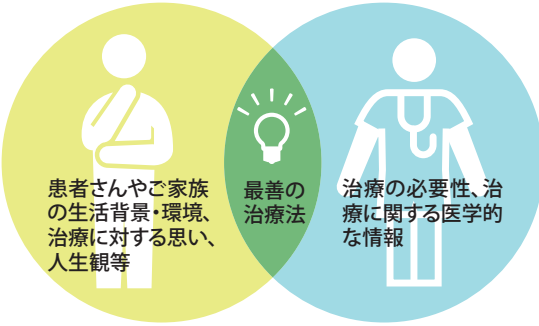
SDMでは、治療への不安や生活面の希望など、じっくり一緒に考えていきます。それで患者さんの希望する人生に適した治療法を勧めるのが主治医の役目です。医療者からの情報の投げかけだけで終わってはいけません。

主体的に治療選択を行った患者さんは、納得して治療に向き合うことができ、きちんと体調を管理し、生活の質が高まり、生命予後も良好だと感じています。SDM

を通じて患者さんが積極的に治療選択に関わることが、いかに大切なのかを実感させてくれますね。そのためには腎臓病SDM推進協会といった医師による団体は、患者さん向けのツールを提供しています^{*2}。

腎臓や透析領域の医学会が共同で編さんした小冊子^{*3}や腎臓病の患者団体が提供している体験談^{*4}など、信頼できる情報はインターネットなどを通じても収集可能です。ぜひ手に取って、ご自身の主治医とよく話し合ってください。より多くの患者さんが自分に適した腎代替療法に出会い、豊かな人生を送られることが私の願いです。

●あなたに合った治療を選ぶために



●治療を考える上での大切なポイント

- 治療が必要なことを理解しましょう
- 治療の選択肢について理解しましょう
- 自分（や家族）の生活環境・ライフステージ、そして価値観等を医療スタッフに伝えましょう
- 医療スタッフと一緒に、どの治療を選ぶか考えましょう

出典(表)：腎臓病SDM推進協会

*1 日本透析医学会「わが国の慢性透析療法の実況(2017年12月31日現在)」から <https://docs.jsdt.or.jp/overview/file/2017/pdf/1.pdf>
 *2 腎臓病SDM推進協会 腎臓病あなたに合った治療法を選ぶために <https://www.ckdsdm.jp/document/document.html>
 *3 腎不全 治療選択とその実際 <https://www.jsn.or.jp/academicinfo/sbook.php>
 *4 腎臓病サポート協会 <https://www.kidneydirections.ne.jp/>