

Q11. 透析を初めてから何年生きられますか。

A. 今から15～20年近く前には、この質問をよく受けました。多分、その当時は『いったん透析を始めたら、数年しか生きられない』などという会話が世間でよく交わされていたためだと思います。

透析導入後何年生きられるかということは、当然のことながら、患者さんの年齢、合併症、透析後の自己管理能力で全く異なります。

現在の透析技術では、単純に腎不全の状態の管理だけであれば、ほぼ半永久的にコントロールできると思います。実際に患者さんが亡くなる直接の原因としては、心不全、脳血管障害、感染症、悪性腫瘍などです。すなわち、腎不全が強く関連した合併症（高血圧、動脈硬化、心疾患など）と、腎不全でなくても起こる病気（併発症）の両方が、透析患者さんにも起きる可能性があります。つまり、それらの合併症、併発症をいかに予防しつつ、早期に発見して治療を開始し完治を目指す（場合により進行を遅らせる）ために、適切なタイミングに、各個人に合った適切な対処（治療）を行う事と、何でも前向きに考え生きがいを持って生活していくことが、長生きするポイントだと思います。

そのための身体管理上のポイントは、血圧管理、水分管理を十分心がけることはもちろんのこと、バランスの良い食事や規則正しい生活習慣を身につけ、また、胃腸の検査（内視鏡）、エコー、CTなどの画像検査を含めたチェックを定期的に行う事が大切です。

最近では、透析患者さんの高齢化と長期透析患者の増加に伴い、透析患者さんの悪性腫瘍（癌）も年々増えています。とくに透析患者さんに多い腎臓癌、肝臓癌には要注意ですが、その他の乳癌、前立腺癌、大腸癌をはじめとして、肺癌、胃癌、食道癌、胆のう癌、膵臓癌なども増えています。これらの早期発見のため、画像検査によるチェックを定期的に行うとともに、男性では前立腺癌のチェックや、女性では乳癌・子宮癌などの女性（婦人）検診を、定期的に積極的に受けていく事が重要です。

ちなみに当クリニックの患者さんの透析歴をみると、30年以上が21人、20年以上が50人、10年以上が100人（全患者さんの約半分）、最長透析歴は38年です。（平成25年5月現在）

医師