

## 腎臓リハビリテーションの ベストプラクティス

Best practice in renal rehabilitation

内部障害のなかでも、腎疾患に関しては長く「安静」が治療とされてきましたが、近年では適切な運動療法の有効性のエビデンスが確立され、運動療法を中心とした腎臓リハビリテーションの重要性が認識されてきています。ただし、腎症の病期に応じて「適切な」運動療法などのリハビリテーション治療を、多職種が連携して行うという経験はまだリハビリテーション医療のなかでは少ないといえます。そこで、今回は病期と目的に応じた腎臓リハビリテーションの実践について、基盤となるエビデンス、留意点、実践上の工夫やサポートなどについて解説していただきました。

### 腎臓リハビリテーションの最近の話題 上月正博氏 ..... 205

慢性腎臓病（chronic kidney disease；CKD）の患者に対する運動療法に関しては、透析患者での運動耐容能の改善や生活の質（quality of life；QOL）の改善、保存期 CKD 患者での腎保護作用も報告されている。CKD 患者に対する運動処方の詳細、および診療ガイドラインにおける運動療法のエビデンスや推奨、および腎不全患者に対する運動指導の診療報酬上の扱いについて紹介した。腎臓リハビリテーションは新たな治療として大きな役割が期待されており、リハビリテーション関係者の熱意と積極的な関与が期待される。

### 保存期 CKD 患者の重症化予防を目指した腎臓リハビリテーション

平木幸治氏ら ..... 213

CKD の重症化予防には、腎機能以外にも、身体・認知機能低下を予防することが重要である。糖尿病性腎症では、運動療法や食事療法などの生活習慣改善と薬物療法の「強化治療」で腎機能の悪化や心合併症の予防ができることが報告され、チーム医療が実践されている。自施設では、入院での「CKD 教育入院プログラム」を多職種チームで実践している。そのプログラムや各職種の役割、在宅移行も含めた運動指導方法を紹介する。

### 透析患者 松永篤彦氏 ..... 219

透析患者に対する運動療法の効果に関するエビデンスは多く報告されている。移動能力や活動量が低い、日常生活動作（activities of daily living；ADL）が低下している、さらに自験例では同じ ADL を行っていたとしてもその際の「困難感」が強い例では、生命予後などが悪いことが示されており、これらの項目を定期的に評価し疾病管理に組み込むことが重要である。運動療法の内容と指導は個別に組み立てるが、透析前や透析中の時間に運動療法を組み入れると頻回に実施できる。

## 腎移植後レシピエントに対する腎臓リハビリテーション 祖父江理氏 ..... 227

腎移植レシピエントに対する腎臓リハビリテーションはまだ確立していない部分が多いものの、ガイドラインでは運動療法が運動耐容能や QOL を改善させるとし、条件付きで推奨されている。また、腎移植患者ではメタボリック症候群を起こしやすい点からも、食事・運動療法による生活習慣の改善が必要とされる。腎移植患者に運動療法を実施する際には、免疫抑制剤やステロイドの影響を考慮し、筋萎縮による転倒リスク・紫外線・脱水に留意する。

## 回復期リハビリテーション病棟での対応 新城吾朗氏 ..... 235

CKD は脳卒中などの心血管疾患、骨折のリスクとなるため、回復期リハビリテーション病棟入院中の患者での合併例も多い。血圧・血糖・脂質・生活習慣・食事の管理、薬物投与時の注意点や貧血管理について概説した。運動療法は、強度が強すぎると腎機能障害が悪化する危険があるが、適切な運動は推奨されており、入院中は監視下運動療法のガイドラインに従って実施する。透析患者では特に心機能・運動耐容能を把握したうえで負荷量を調整する。

## 精神科的サポート 井上真一郎氏ら ..... 241

腎機能障害患者では、その治療経過中に精神症状を呈することがある。腎機能障害や治療薬といった「外因」によるものがないか検討し、うつ病やその他の精神疾患による「内因」によるものを疑い、それらがなければ明らかなストレスによって精神症状を来している「心因」によるものを疑う、というプロセスが重要である。主な精神症状であるうつ病、適応障害、せん妄、不眠症について、その評価やリハビリテーションにかかわる医療者による対応を解説した。

|      |                                                            |     |
|------|------------------------------------------------------------|-----|
| 書評   | 6 ステップで組み立てる理学療法臨床実習ガイド<br>—臨床推論から症例報告の書き方まで（評者：内山 靖）..... | 254 |
| お知らせ | 第 31 回日本末梢神経学会学術集会 .....                                   | 212 |
|      | 第 25 回（2020 年）3 学会合同呼吸療法認定士認定講習会および認定試験.....               | 269 |