

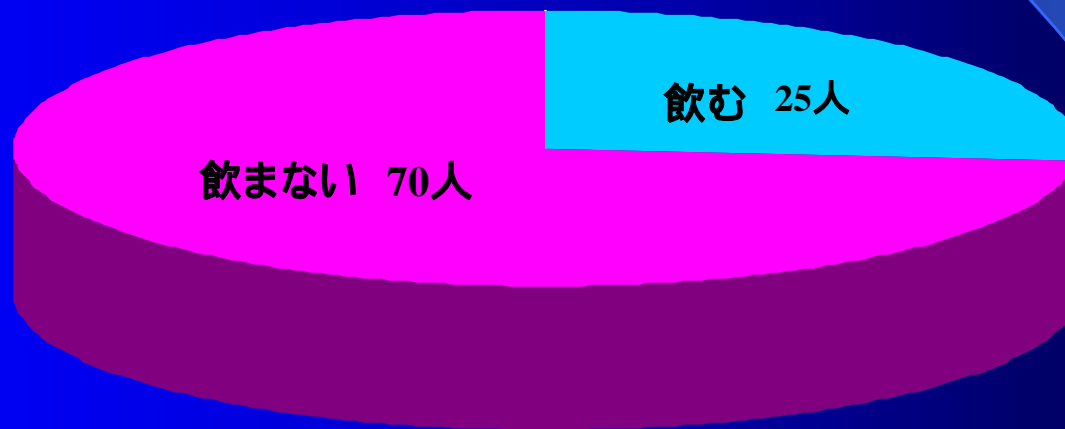
目的

透析患者の中には缶コーヒーを嗜好品として飲んでいる方もいます。缶コーヒーも以前に比べ種類が増えている為、各種類でカリウム(以下Kと表示)の値にばらつきがあるのではないかと考えました。今回、各缶コーヒーのK値を調べ、患者指導にいかせないかを検討したので報告します。

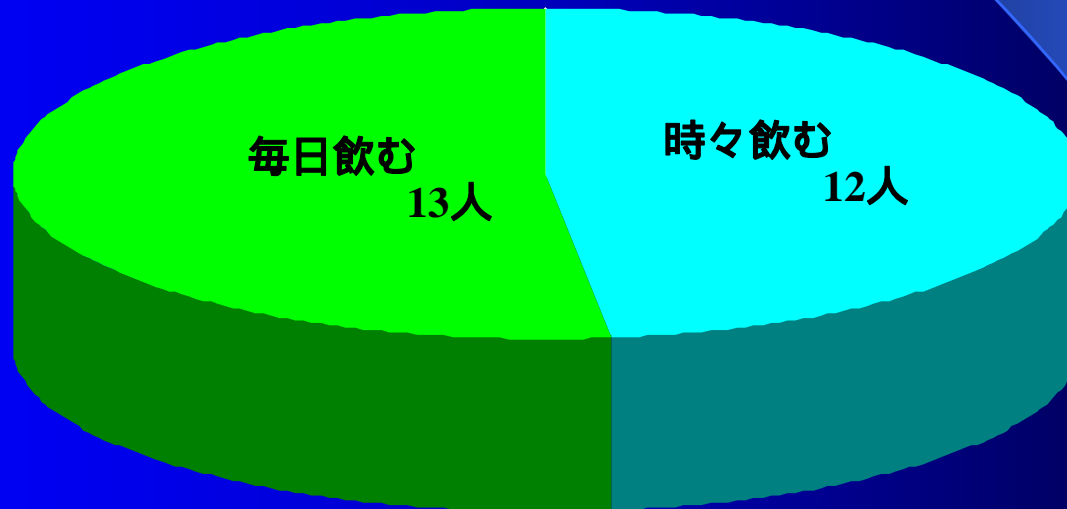
方法

当院の透析患者全員に缶コーヒーについてアンケートを実施、患者がよく飲まれている種類を含め一般に人気のある缶コーヒーを調査しました。各種類で表示しているK値をもとに缶コーヒーの写真付きパンフレットを作成、そのパンフレットを用いて毎日缶コーヒーを飲んでいる患者13名に指導を行い血中K値の変化と患者の行動変化について調べました。

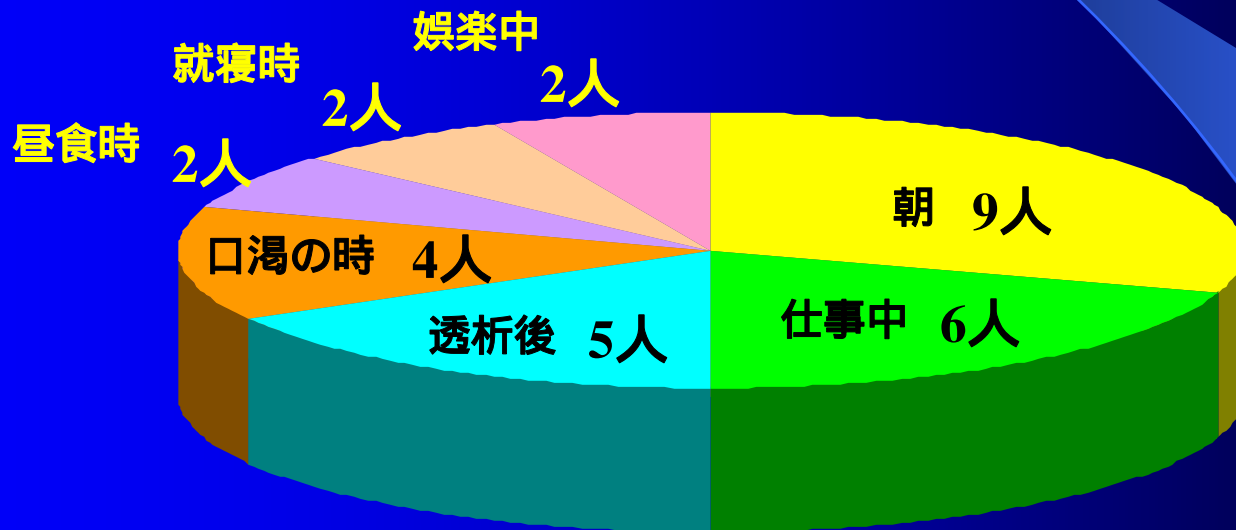
当院の缶コーヒー摂取状況



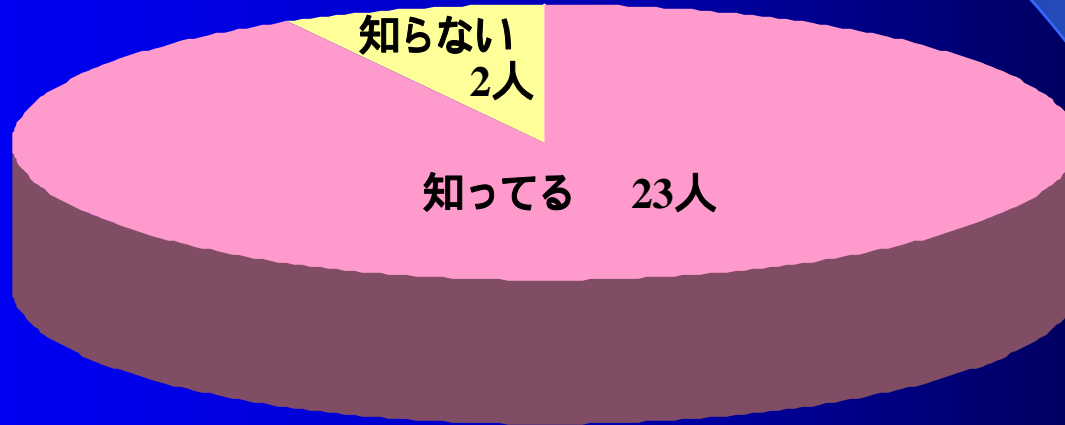
どれ位の間隔で飲んでいるか



どんな時に飲んでいきますか？



飲んでいる方のK高値の認識度



缶コーヒーについて調べた内容

今回調べた缶コーヒーのK値は112mEq/L~270mEq/Lと数値に差ある。商品の中でブラックが全体的にK値低めで表示、他一部商品でカフェオレが少ない商品あり。商品によりK値になぜ差が出るのか、各メーカーに問い合わせてみました。

<返答内容>

個々の商品により入っている原料が違うためK値に差が出てしまうのではないか。

ブラックが低い理由としてミルク、砂糖(人工甘味量等)などの、成分が含まれない分低くなるのではないか。

【症例1】

A氏 男性 61歳 糖尿病性腎症 透析歴4年7ヶ月

<指導前>

指導前半年間K値6.5～5.4mEq/L 平均6.0mEq/L

普段、指導の際スタッフの話に耳傾けるが、実行できず体重管理不良。1日4～5本位缶コーヒーを飲んでいる。

<指導後>

定期採血3回分K値平均5.6mEq/L

缶コーヒー購入の際、指導したスタッフの顔が浮かぶ様になり以前に比べ購入を抑えている。

【症例2】

B氏 男性 48歳 外傷性腎障害 透析歴11年1ヶ月

<指導前>

指導前半年間K値5.9～7.5mEq/L 平均6.5mEq/L

自営で夜間に店を経営。店の従業員から缶コーヒーをもらうが断りきれず飲んでしまう。缶以外にも、インスタント、抽出したコーヒーを飲む。K値が高い事は認識している。

<指導後>

定期採血3回分K値平均6.3mEq/L

缶コーヒーは変わらず飲用もパンフレット配布後は普段飲んでいる缶コーヒーのK値把握が出来、K値の低い缶コーヒーを飲むようにしている。

【症例3】

C氏 男性 40歳 糖尿病性腎症 透析歴1年9ヶ月

<指導前>

指導前半年間K値4.8mEq/L～6.3mEq/L 平均5.6mEq/L

某コンビニエンスストアの店長。新商品の味見や日常様々な商品が周囲にある為誘惑に負けてしまう。1日1本程度コーヒーを飲む。

<指導後>

定期採血3回分K平均5.0mEq/L

缶コーヒーを手にとるとき、K値の事が浮かぶようになり、出来る限り減らし、K値の低い物を選ぶようになった。

【パンフレットについての患者の声】

- ・写真付きで見やすかった。
- ・文字だけの資料より、写真付きなので購入の際、わかりやすい。
- ・何気なく飲んでいた缶コーヒーのK値が認識できた。
- ・もっと沢山の缶コーヒーについて調べて欲しかった。
- ・もう少し、大きい資料にして欲しかった。
- ・もっと早く作ってほしかった。

【患者の行動変化】

- ・今まで、何も考えず購入していた缶コーヒーを自動販売機前で悩んでからK値の低い物を選んで買うようになった。
- ・缶コーヒー1本がこんなにK値が高いと思わなかった。本数を少し減らしている。今後飲むのをやめて行こうと思う。
- ・飲むのを止められないがブラックに変えてみた。
- ・1本飲まずに半分に減らした。

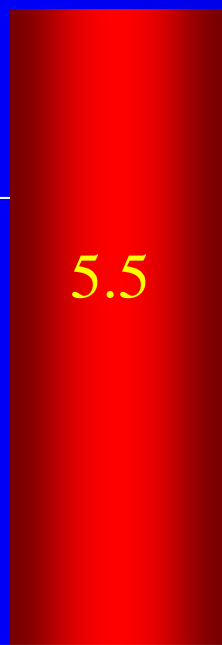
平均血中カリウム値

mEq/L

6

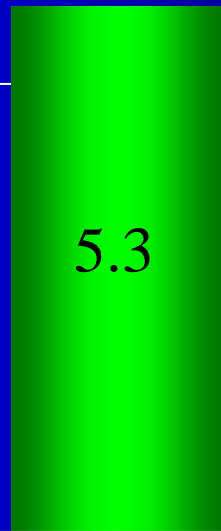
5

4



5.5

毎日飲んでいる
(13人) 指導前



5.3

毎日飲んでいる
(13人) 指導後



5.0

それ以外 (82人)

【結果】

缶コーヒーのK値を調べ写真付きパンフレット作成しそれを使用し指導することで患者の行動に変化見られ、同時に缶コーヒーに関して理解がえられたと思います。血中K値も指導前に比べ低値を示した。このパンフレットを使用した患者指導は有用であると思われ
ます。

【まとめ】

患者の欲求を完全に抑えるのではなく、患者の嗜好等にも考慮した個別的指導も大事であると思います。今回の指導により、今まで把握出来ていなかった患者の生活状況や心情、職場環境などを知ることが出来、今後の指導につなげていきたいと思いました。