

# 三保の森クリニック

/医療法人 赤枝会 三保の森クリニック  
〒226-0015 横浜市緑区三保町195-1  
TEL 045-922-5255 / FAX 045-922-5581  
WEB SITE <http://www.akaedakai.com/mihonomori>



2024年3号

## 今回のテーマはMIA症候群について

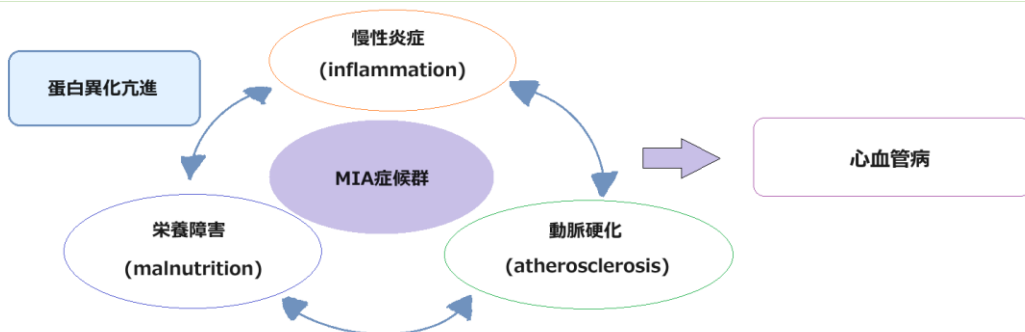
### MIA症候群って何？

栄養障害 (malnutrition) と慢性炎症 (inflammation) が互いに影響しあってアテローム性動脈硬化 (atherosclerosis) を促進させ、虚血性心疾患や脳血管障害などの心血管病を引き起こします。このような病態をMIA症候群といい、合併症による透析患者さんの死亡率上昇に関与する重要な合併症です。

### MIA症候群の要因

透析患者さんは様々な原因で、栄養障害と慢性炎症を来します。腎不全や尿毒症、透析膜の生体適合性不良などによる慢性炎症は、蛋白質の異化亢進を促すことで栄養障害の進行を増強させ、栄養障害は免疫力を低下させて透析液の微量なエンドトキシンなどによる炎症を増強させます。

このように、栄養障害と慢性炎症が互いに影響しあって動脈硬化を促進させ、虚血性心疾患や脳血管障害などの心血管疾患を引き起こし、生命予後を悪化させるとされています。



### 要因の評価

慢性炎症については透析条件の見直しや透析医材の検討、フットケアや掻痒症のケア、禁煙指導、内服薬の評価などを行います。

栄養障害については極端な蛋白制限を避け、蛋白質量に対するリン含有量が少なくアミノ酸が摂取できる食品を多く摂り、高リン血症による血管石灰化を予防しながら筋肉合成に必要なものを摂取できるように、栄養士さんと相談することが大切です。



# クリニックでは温かい陽気に誘われあちこちでいろいろな花が見られます！！



クリニック入口には  
きれいな桃の花が  
咲いています。

桃の花のすぐ隣には  
桜がもう花開きそうに  
なっています。  
暖冬で開花も  
早まりそうです。

裏庭には  
露の臺が目を葺いていま  
す。

鈴蘭水仙は  
この季節の花として  
知られています。  
池の周りのあちこちに  
見られます。



## 今月の透析食 Pick up

## MENU



ご飯

鰯フライ

ブロッコリーとしめじのソテー

がんもの煮物

オクラの湯葉和え

和菓子 赤鬼

ほうじ茶



2月3日は節分でした。「鬼は外～福は内～」  
と豆まきを楽しむ声が聞かれましたでしょ  
うか？皆さんにとっても鬼は外へ、そしてたく  
さんの福がやってきますように…。  
今年は鰯のフライと赤鬼をかたどった和菓子  
で節分を感じて頂きました。

## 3月の検査予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 レントゲン	2 レントゲン
3	4	5	6	7	8	9
10	11 血液検査	12 血液検査	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25 血液検査	26 血液検査	27	28	29	30