

## 下肢つれに対する足つぼ刺激の効果の検討

上尾中央腎クリニック 看護部<sup>1)</sup>

○川上 智美<sup>1)</sup>, 三瓶 佐知子<sup>1)</sup>, 中澤 梨香<sup>1)</sup>, 間篠 真器<sup>1)</sup>, 岩城 智美<sup>1)</sup>

**【目的】**透析患者において、除水の経過とともに生じる下肢つりは苦痛を伴う透析中の合併症のひとつである。下肢つり予防となる足つぼ刺激の新聞記事を読み、透析患者の下肢つりにも適応できるのではないかと考え、その有用性を検証する。

**【方法】**2010年9月～12月に下肢つりの頻度の多い患者を対象に、患者の足つぼ(陽陵泉)にゴム栓を貼り、その日の体重増加量・除水量、下肢つれの有無を調べた。

**【結果】**足つぼを刺激することで、殆ど毎回つっていたのが、80%前後で下肢つれがみられなかった。しかし、20%前後では足つぼ刺激をしていても下肢つれがみられた。

**【考察】**人間の身体には、血管と神経がはりめぐらされており、つぼを刺激する事で筋肉の血液循環不全等が緩和されるのではないかと考えられる。除水量によっては、足つぼ刺激の効果を得られない事もあるが、副作用もなく簡便であり、透析間の体重増加を抑える指導と共に取り入れていく事は、有効であると考えられる。