

点滴と水分補給 広報げろ 2015.5

点滴と水分補給

“疲れたから点滴を一本”、今日も点滴信奉者がやってきました。しかし、点滴（点滴静脈注射）は本当に必要なのでしょうか。確かに水分の補給にはなります。しかし、水分補給は口から飲めれば最も生理的であり効果的です。食欲がないから点滴をしてほしいと来院されます。しかし、栄養については点滴一本よりも栄養ドリンク二本飲むほうがより栄養補給、カロリー補給ができます。ビタミンについても必要以上に補給しても余分なものは排泄されてしまいます。

◎点滴でよく使われる5%ブドウ糖液500mlはブドウ糖25g（グラム）、100kcal（キロカロリー）を含みます。ごはん50g、80kcal、まんじゅう一個60gで160kcal程度、食パン八つ切り一枚120kcal程度です。スポーツドリンク500mlは125kcal、栄養ドリンク120mlで80kcal程度です。

◎本来点滴の目的は、口から水分を取ることができない場合や、特別な薬を静脈から体内に投与するために行うものです。熱中症などによる脱水症やショック状態などで緊急な処置が必要な時にはやむをえず腕や脚の血管からのルートを確保し、治療の一環として点滴を行います。また、小児では嘔吐、下痢、発熱などの効果的な治療として点滴治療を選択することがあります。点滴の効果を否定するわけではありませんが、点滴は心臓に負担をかけることもあり、血管を傷めます。口から水分を取れるのに点滴を所望するのは医療費の無駄使いとも言えます。点滴信奉は過去の医療が作り出した間違った認識と言えるでしょう。

◎点滴で効果的に栄養を補給するためにはカテーテルを体内の太い血管まで挿入し（中心静脈カテーテル）濃厚な溶液を点滴します。中心静脈栄養と称し入院の上で行なわれる手技です。濃厚液を細い血管から注入すると血管損傷の程度を高めるのでこの方法を使用します。極度の低栄養状態で、経口摂取できない場合、手術前後の栄養管理、循環器系の機能測定、管理などで使用されます。カテーテル挿入に際しては、肺を傷つけて気胸を起こしたり、動脈を傷つけて大出血をきたす危険性があり手技には経験が必要です。

◎これからの時期、熱中症が気になる季節となります。熱中症の治療には病状によっては点滴が必要となります。意識がはっきりしていて自分で水を飲む場合はスポーツドリンクなどを与えますが自分で飲めなくなったり、嘔吐する場合などには一刻も早く病院で点滴することが必要です。熱中症は重症化すると救命が困難になります。体の不調を感じ熱中症を疑った時は、迷うことなく病院を受診しましょう。病院では点滴を行いながら熱中症の程度を調べ、症状に応じた点滴を行います。点滴の成分は単なる糖分と塩分の混合液で、スポーツドリンクとほぼ同じ内容です。熱中症の予防のためには点滴を受けようと思う前にまず水分の補給が十分であるかを考えてみましょう。水分の補給は、のどが渇いたと感じなくても、こまめに少しずつ飲むことが大切です。屋内での生活が中心の人は食事は別にして一時間に一口（50cc程度）以上が目安となるでしょう。

下呂市立金山病院 顧問 古田智彦