

慢性腎臓病の早期発見・早期治療のために

腎臓の状態は、次の検査で確認することができます。健診を受けた人は、健診結果通知表を見てみましょう。可児市特定健診やぎふ・すこやか健診でも検査が可能です。

尿検査

尿の中にタンパク質や血液が出ていないかを確認します。

血液検査

血清クレアチニン(血液中の老廃物)

腎機能が落ちると、尿として排出されないため、血液の中の数値が高くなります。

eGFR(推算糸球体ろ過量)

腎臓の老廃物をろ過する機能がどれくらいかを表します。数値が低いほど、腎臓の働きが悪くなっています。

慢性腎臓病のステージ分類

	ステージ1	ステージ2	ステージ3	ステージ4	ステージ5
eGFR値と 腎臓の働き	90 以上 正常	60 ~ 89 軽度低下	30 ~ 59 中等度低下	15 ~ 29 高度低下	15 未満 末期腎不全
症状	自覚症状なし		自覚症状がない 場合が多い	疲れやすいなど	呼吸困難など
治療	なし	生活改善、食事療法、薬物療法			人工透析、 腎移植

「エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2023」を基に作成。

慢性腎臓病を予防するために

梶先生に聞きました



梶の木内科医院院長
たかし
梶尚志さん

日常生活の健康管理が重要！

- 塩分を控え、バランスの良い食事を心がける
- 適度な運動を習慣にし、血圧や血糖値をしっかり管理する
- 定期的な健診で腎臓の状態を確認する

こんな場合にはかかりつけ医や腎臓専門医に相談を

- 健診で尿タンパクが検出された
- eGFRの値が60未満だった
- 高血圧や糖尿病の治療をしているが、コントロールが難しい
- むくみ、頻尿または尿量の減少を感じる

慢性腎臓病(CKD※)とは？

「慢性的に経過・進行していく腎臓病全般」を指し、日本には約1,480万人いると推計されています。腎臓の働きが健康な人よりも低下している、または尿にタンパク質が出るなど腎機能の異常が続く状態です。

初期はほとんど自覚症状がありませんが、進行してくると以下のような症状が現れます。放置しておくと、人工透析が必要になったり、心臓病や脳卒中が発症しやすくなったりするといわれています。

※英語でChronic Kidney Diseaseの略。

慢性腎臓病の主な病状



慢性腎臓病を放置すると…

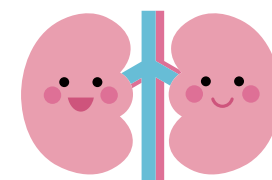


⚠ 腎臓は一度悪くなってしまうと、元に戻せません。

大切な腎臓の働き

腎臓は腰のあたりに左右に1つずつあり、1つ150gほどの小さな臓器ですが、次のとおり重要な働きがあります。

- ①血液をろ過して、体に必要なものを再吸収し、不要な老廃物を尿として排出する
- ②血液中の水分・塩分のバランスを保つ
- ③血圧をコントロールする
- ④ビタミンDを活性化し骨を健康に保つ
- ⑤血液をつくるホルモンを分泌する



防ごう慢性腎臓病

CKD

問 健康増進課 5505

腎臓病は自分に関係ないと思っていませんか。実は、日本の慢性腎臓病の患者は20歳以上の約7人に1人いると推計されています。新たな国民病といわれるこの病の症状や予防方法をご紹介します。

