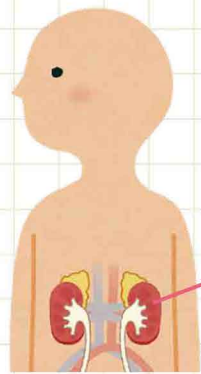
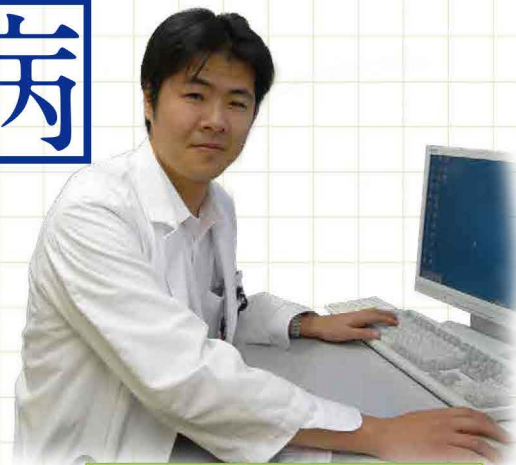


# 腎臓病



腎臓

血液をろ過して尿を作り、老廃物を尿として体外に排出する臓器



松下記念病院 腎不全科 部長 やすだ たかし 安田 考志 先生

【資格】・泌尿器科専門医・指導医  
・透析専門医・指導医  
・血漿交換療法専門医  
・腎臓学会専門医  
・インフェクションコントロールドクター  
(病院感染対策を実践し、感染制御の専門的知識を有する医療従事者)

## 腎臓病とはどのような病気ですか?

腎臓病とは、その名の通り腎臓の働きが悪くなる病気です。腎臓は頑張り屋さんなので、腎臓の働きが20%近くまで落ちて症状はほとんどありません。症状がないので、検査以外で発見するのは難しいです。日本では、慢性腎臓病の患者さんは**1,330万人**いるとされ、**20歳以上の成人の8人に1人**はこの病気を持っていると推測されています。

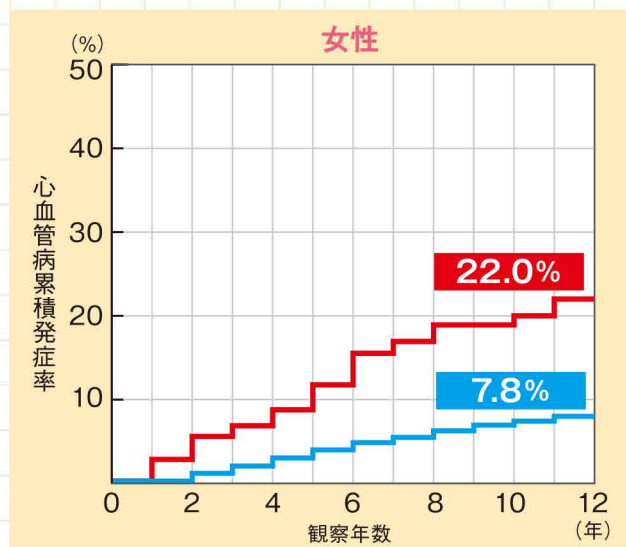
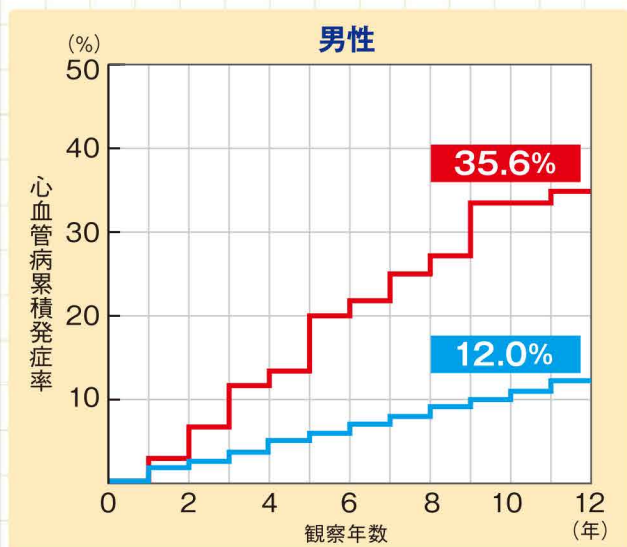
## 腎臓病の原因はどのようなものがありますか?

慢性腎臓病は、加齢や生活習慣と深く関わっています。**糖尿病や高血圧などの生活習慣病から慢性腎臓病にいたる患者さんが増加**しています。また、慢性糸球体腎炎<sup>※1</sup>やIgA腎症<sup>※2</sup>など生活習慣以外の要素で腎臓病を発症することもあります。**慢性腎臓病と生活習慣病の悪化は、さらに心臓や脳、足の血管の動脈硬化を悪化させるので注意が必要です。**

※1 糸球体(腎臓の中にある、血液をろ過する毛細血管の塊)に炎症が起き、蛋白尿や血尿が出る病気  
※2 糸球体にIgA(免疫物質のひとつ)が付着し、炎症を起こす病気

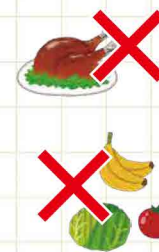
心血管病の累積発症率

— 慢性腎臓病の人  
— 慢性腎臓病でない人



## 腎臓病の治療法について教えてください。

慢性腎臓病の治療目的は、腎臓の働きが悪くなるのを少しでも抑えることと、脳や心臓、足の血管などの病気を少しでも早く見つけることです。慢性腎臓病には、腎臓の働きによってステージがあり、**ステージ3以降では本格的に食事制限(たんぱく質の制限、カリウムの制限、生野菜や果物を控える等)が必要となってきます。**高血圧は腎臓を悪化させるため、さらなる塩分制限が必要となってきます。当院では、このような食事指導以外にも、悪化しやすい脳や心臓、足の血管の病気を少しでも早く見つけるように、**動脈硬化のスクリーニング検査**を積極的に行っています。



腎臓病のステージ

ステージ	1	2	3	4	5
eGFR値	90以上	89~60	59~30	29~15	15未満
腎臓のはたらきの程度	正常	軽度低下	中等度低下	高度低下	末期腎不全
治療の目安		生活改善	食事療法・薬物療法	透析・移植について考える	透析・移植の準備

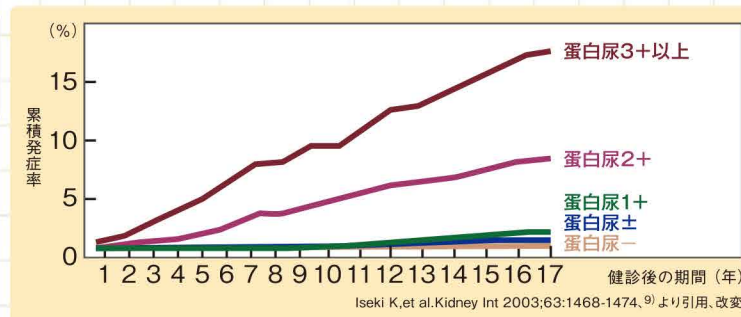


▲動脈硬化のスクリーニング検査  
足首と上腕の血圧を測定し  
動脈硬化の進行度合いを調べます

## 腎臓病を予防するためにはどうしたら良いですか?

腎臓病を予防するためには、生活習慣の改善と、早期発見につきます。健診の検査結果にeGFRという数値があり、この数字が60以下になると腎臓の働きが落ちていとされます。生活習慣では、肥満や高血圧などの是正、塩分制限、間食の禁止、適度な運動、禁煙などは予防に効果的です。慢性腎臓病は症状がほとんど出ないため、早期発見が重要です。**尿蛋白(+)、尿潜血(+)、eGFR60以下のいずれかに該当する方は、当院腎不全科か、腎臓専門医のいる病院を早期に受診しましょう。**

蛋白尿の程度と慢性腎不全の発症率



## eGFRを計算してみましょう

「腎臓ネット」では年齢・クレアチニン値・性別を入力すれば自動計算できます。クレアチニン値はご自身の健診結果(血液検査結果欄)をご確認ください。

腎臓ネット

検索

ご参考:eGFRの計算式

男性  $194 \times \text{クレアチニン}_{[\text{mg/dL}]}^{-1.094} \times \text{年齢}^{-0.287}$

女性  $194 \times \text{クレアチニン}_{[\text{mg/dL}]}^{-1.094} \times \text{年齢}^{-0.287} \times 0.739$