

誰もがなりうる!?

# 慢性腎臓病 (CKD)

慢性腎臓病とは、腎臓の働きが低下したり、腎臓に障害が起こった状態の総称です。自覚症状はなく、気付かずに進行している場合が多くあります。腎臓を害するだけではなく、脳卒中や心筋梗塞を起こしやすく、高齢化とともに非常に増えています。

日本人CKD患者1330万人超

日本人成人8人に1人

日本の死因7位

悪化すると回復は期待できない

脳卒中や心筋梗塞の発症率3倍

## 腎臓の働き

- ・血液中の老廃物を排泄
- ・血圧のコントロール
- ・血液中の水分や塩分のバランスを一定に保つ
- ・ビタミンDを活性化し、骨を丈夫にする
- ・ホルモンを分泌し、赤血球の生産を調節

機能が低下すると...

**慢性腎臓病 (CKD)**

## 診断基準

- ①GFR(糸球体ろ過量)が60未満に低下
- ②蛋白尿など、腎臓の障害がある

①・②のどちらか、または両方が3か月以上続く状態

## 原因は?

糖尿病や高血圧などによって引き起こされます

## 慢性腎臓病に含まれる代表的な病気

- ・糖尿病性腎症  
糖尿病が原因 (慢性腎臓病の原因1位、透析療法開始の要因1位)
- ・腎硬化症  
高血圧、加齢が原因 (慢性腎臓病⇔高血圧という悪循環も起きる)
- ・慢性糸球体腎炎  
年齢にかかわらずみられる

生活習慣病が原因となって発症

## その他の危険因子

肥満 メタボリックシンドローム 脂質異常症 高尿酸血症 加齢 喫煙 薬剤

## 慢性腎臓病のチェック



かなり進行して初めて自覚症状が現れるため、**健診を受けることが大事**です。

- ・**血液検査**: eGFR (糸球体ろ過量)  
血清クレアチニン値(クレアチニンとは体内で出来る老廃物の一つ。通常尿として排出されるが、腎機能が低下すると血中濃度が高くなる)
- ・**尿検査**: たんぱく尿(たんぱくが尿中に出ている量。通常尿には混じらないが、腎臓が障害されると尿に混じることがある)



健康診断や人間ドックで「eGFRが低下」「たんぱく尿がある」場合、放っておかず、精密検査を受けましょう。

早期に診断し適切に治療すれば、重症化を予防できます

### 慢性腎臓病

最初は無症状

腎臓は老廃物(血液)をろ過する糸球体とよばれるものが1個の腎臓に100万個あり、一部の糸球体が壊れても、残った糸球体で補っているからです。

進行すると

- ・夜間多尿
- ・むくみ、だるい
- ・息切れ 動悸
- ・貧血
- ・高血圧
- ・食欲不振
- ・吐き気、嘔吐
- ・骨がもろくなる



### 腎不全

腎臓の働きが大きく低下すると、それを補うための治療が必要となる

放置・悪化

改善

生活習慣を見直し、CKDのリスクを減らす

- ・減塩
- ・肥満解消
- ・適度な運動
- ・禁煙



### 透析 腎移植

#### 腎移植

親族や死亡した方から腎臓を提供してもらう  
年間1600例ほどで、海外に比べて少ないのが現状

#### 透析

人工的に血液をきれいにする治療

・血液透析 医療機関にて外部の透析器を通してきれいにする  
週3回 1回4~5時間かけて行う

・腹膜透析 自宅や外出先 自分のお腹に管を入れて透析液を出し入れする  
1日3~5回 30分間

2014年透析導入患者  
3万8327人

国内透析人口  
32万人