

病氣を知るミニブック

mitsuba

みつば



MINI BOOK
SERIES

09

独立行政法人 国立病院機構

大阪医療センター

慢性腎臓病を知ろう。

誰もが発症リスクのある国民病

「慢性腎臓病」って、どんな病気？

慢性腎臓病(CKD)をご存知でしょうか？

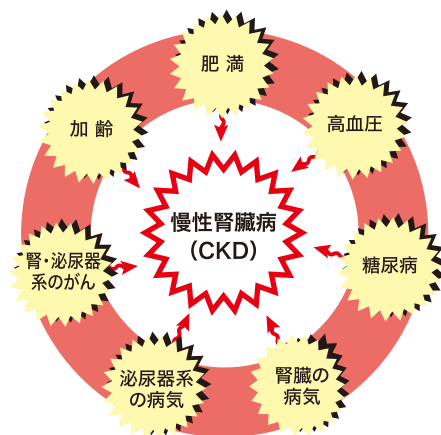
日本では成人の約8人に1人が該当するとされ、国民病ともいわれています。

CKDとは、生活習慣病や加齢などによって腎臓の働きが低下し、その状態が3か月以上続く状態です。初期は自覚症状が乏しく、気づかないまま進行するケースも少なくありません。また、心筋梗塞などの心血管合併症を起こしやすく、進行すると透析や腎移植が必要になる場合もあります。

主な症状

- 疲れやすい
- 夜間の頻尿
- 立ちくらみ・めまい

CKDの主な原因



早期発見3つのポイント！

Ⅰ 定期的に健康診断を受ける

自覚症状がなくても進行するため、年1回の健康診断が大切です。

Ⅱ 検査結果を見逃さない

尿たんぱくや血尿、eGFRの低下を指摘された場合は要注意です。

Ⅲ 異常があれば早めの受診を

放置すると腎機能の低下が進行するおそれがあるため、早めに受診しましょう。

どんな検査や治療があるの？

慢性腎臓病(CKD)の診断では、血清クレアチニン値やeGFR(推算糸球体ろ過量)、尿たんぱくなどの検査結果から腎臓の働きを評価し、状態に応じた治療を行います。一般的に血清クレアチニン値が高く、eGFRが低いほど腎機能は低下していると考えられます。

CKD ステージ	CKDハイリスク群 CKDステージ1 CKDステージ2	CKD ステージ3	CKD ステージ4	CKD ステージ5
推算GFR値 (mL/分/1.73m ²)	90以上 89~60	59~30	29~15	15未満
腎臓の 働きの程度				
症 状	● 自覚症状がほとんどない ● たんぱく尿が出る ● 血尿が出る	● 夜間に何度もトイレに行く ● 血圧が上昇する ● 貧血になる	● 疲れやすくなる ● むくみが出る	● 食欲が低下する ● 吐き気がする ● 息苦しくなる ● 尿量が少なくなる
治療法	薬物療法 食事療法 生活改善			透析療法・腎移植などの準備

主な治療法

● 薬物療法

腎保護作用のある薬で、病気の進行や合併症を抑えます。

● 食事療法

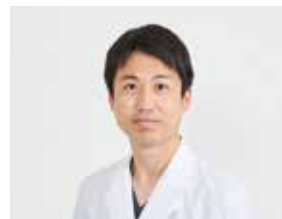
塩分やたんぱく質の摂取を抑え、腎臓への負担を軽減します。

● 生活改善

血圧管理や禁煙、適度な運動などにより、腎機能の低下を抑えます。

Doctor's Voice | 腎臓内科 科長 楠 康生

腎機能は一度低下すると元に戻りにくいため、「悪化させない意識」が大切です。喫煙や塩分・たんぱく質の摂り過ぎは、腎臓に負担をかけることがあります。また、市販の鎮痛薬やサプリメントの過剰な使用にも注意が必要です。日常生活を見直しながら、定期的に健康状態を確認していきましょう。



がん相談支援センターのご案内

がんの患者さん、ご家族の方で、お困りごとや心配ごとがある方はおられませんか？

「誰かに聞いてほしい話がある」

「家族、あるいは本人に、どう話したらいいだろう」

「今後の生活について、イメージがわからない」

「医療費、生活費について悩んでいる」

「医療スタッフにどう伝えたらよいか、どう聞いたらよいか、難しい」

「在宅医療、療養の病院ってどんなところ？近くにある？」

「誰に相談したらいいのかわからなくて、ひとりで抱えていることがある」

がん相談支援センターでは、

- 「誰かに聞いてほしい…」そんなあなたのお気持ちをお聞きます。
- あなたらしい生活を送るための手立てを一緒に考えます。
- 医療者やご家族、ご友人への「あなたの気持ちの伝え方」を一緒に考えます。

患者さんやご家族のお考えやお気持ちを尊重し、できる限り相談者ご自身で解決が図れるよう支援いたします。

がん相談支援センター

設置場所：外来診療棟 2 階 消化器内科外来前

受付時間：平日（月～金）10時～16時

※外来休診日はお休みです

相談対応：看護師・医療ソーシャルワーカー・公認心理師

相談費用：無料

※スムーズなご案内のため、事前予約をお勧めしています。

代表番号（TEL：06-6942-1331）にお電話いただき、

「がん相談希望」とお伝えください。

※相談内容における個人情報厳守いたします。

※他院で治療されている方、ご家族もご利用可能です。

※匿名での相談も可能です。

※相談で知り得た内容を、相談者の同意なく第三者（主治医等を含む）に伝えることはありません。ご安心ください。

大阪医療センターへのアクセス

▶ 公共交通機関をご利用の場合

- Osaka Metro(大阪メトロ)
中央線・谷町線「谷町四丁目」駅11号出口すぐ
- 大阪シティバス 62系統
大阪駅 ⇄ 住吉車庫前「国立病院大阪医療センター」下車

▶ お車で越しの場合

- 阪神高速(東大阪線・東行き)：「法円坂ランプ」出口すぐ 上町筋を右折
- 一般道：上町筋と中央大通りとの交差点南西角



独立行政法人
国立病院機構 **大阪医療センター**
NATIONAL HOSPITAL ORGANIZATION OSAKA NATIONAL HOSPITAL

住 所 〒540-0006 大阪市中央区法円坂2-1-14

休診日 土曜日・日曜日・祝祭日 年末年始(12月29日～1月3日)

代表電話番号 **06-6942-1331**

再診予約番号 **06-6946-3519** (受付：平日午後1時～4時)

