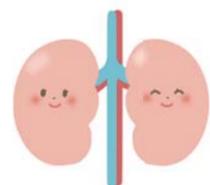


あなたは大丈夫？

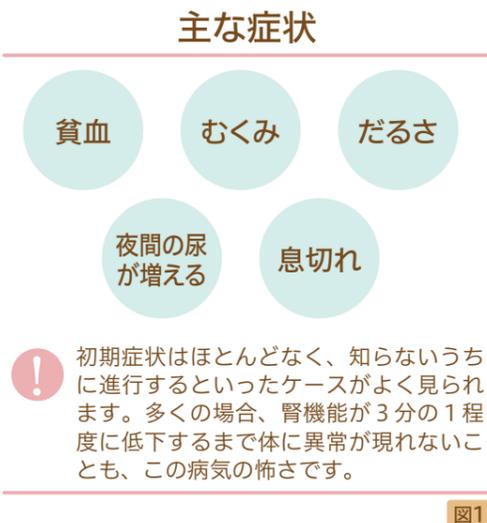
新たな国民病

慢性腎臓病



慢性腎臓病とは？

近年、腎臓病患者は世界的に増加しており、わが国でも1330万人が罹患し、成人の8人に1人は慢性腎臓病と言われています。慢性腎臓病とは、腎機能が慢性的に低下していく症状の総称です。腎機能の低下が進むと貧血やむく



初期症状はほとんどなく、知らないうちに進行するといったケースがよく見られます。多くの場合、腎機能が3分の1程度に低下するまで体に異常が現れないことも、この病気の怖さです。

原因と診断

みななどの症状が現れ(図1)、高血圧などの生活習慣病を発症する確率が高まります。また、それに起因して心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患を発症する危険性も増すなど、腎臓だけでなく命に関わる病気にも発展しかねません。

慢性腎臓病の発症や進行には、肥満、食塩の過剰摂取、過度の飲酒、喫煙、運動不足、ストレスなどの生活習慣が大きく影響しています(図2)。また、年齢を重ねるとともに腎機能は徐々に低下するため、高齢者は罹患率が高くなります。

検査は尿検査、画像検査などで行われ、発見された異常が3か月以上続くと慢性腎臓病と診断されます(図3)。発症・悪化を予防するために、まずは生活習慣を見直し、適正な体重を維持しましょう。そして定期的な検査を受け、少しでも異常が発見されたら放置せず、継続的な治療をすることが大切です。

主な原因



予防のために生活習慣を見直しましょう。

診断

- 蛋白尿や血尿などが出ている
- 画像検査で腎障害が見られる
- 腎機能が低下している

上記の状態が3か月以上続いている

慢性腎臓病

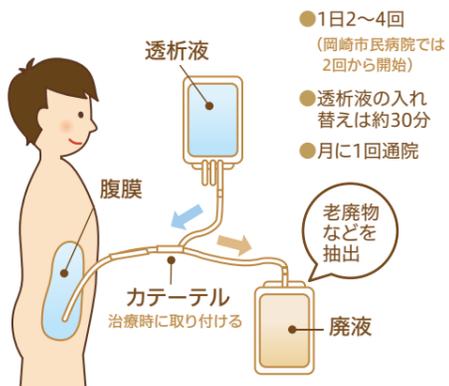
と診断されます

進行してしまったら

慢性腎臓病が進行して、腎機能が低下し、十分に活動できなくなった状態を「腎不全」といいます。慢性腎不全による透析患者の数は年々増え続け、現在では国内だけでも32万人に達しています。失われた腎機能は治療による根治が難しく、自然治癒もしないため、末期腎不全に至った場合には、腎代替療法(透析療法や腎移植)が必要になります。

透析療法とは、老廃物を多く含む体液を浄化し余分な水分を除去する治療法で、「血液透析」と「腹膜透析」の2つの方法があります。血液透析は週に3回程度の通院が必要で、1回の透析で約4時間の時間を要し、透析中は動き回ることができません。腹膜透析(図4)は1日に2〜4回自宅や勤務先で約30分かけて透析液の入れ替えを行い、月1回通院します。血液透析と比べて時間や場所の拘束が少ないという利点がありますが、適切な自己管理が求められ、腹膜炎などの感染症にも注意が必要です。

腹膜透析の方法



- 1日2〜4回(岡崎市民病院では2回から開始)
- 透析液の入れ替えは約30分
- 月に1回通院

図4

岡崎市民病院は
全国有数の腹膜透析施設です

岡崎市民病院は全国でも有数の腹膜透析の医療体制が充実した施設で、市内はもとより、県内や近県からも数多くの慢性腎臓病患者が通院しています。患者さんが安心して腹膜透析を始められるよう指導・サポートを行い、不安やストレスを少しでも軽減するために、訪問看護師との連携を進めています。現在では、市内の20か所を超える訪問看護ステーションで、腹膜透析患者への対応が可能になっています。

現在は、国内透析患者のほとんどが医療機関での治療となる血液透析を選択し、腹膜透析を行っている患者は1割にも満たない状況です。その理由として「血液透析しか対応できない病院が多い」「自分だけで透析を行うのが心配」などが挙げられます。しかし、腹膜透析は患者さんのライフスタイルに合わせて行えるメリッ

私たちと一緒に、考えていきましょう



岡崎市民病院腎臓内科の医療スタッフ

岡崎市民病院では昨年「療法選択外来」を立ち上げ、看護師を中心とする医療スタッフが、透析方法や開始時期を決めるときの相談に乗っています。

岡崎市民病院
世界腎臓デーイベント



腎臓病教室

3月7日(水) 8時30分〜12時

西棟地下2階会議室

当日会場へ

治療・薬・検査・生活・食事・医療費の相談、透析機器の展示、低タンパク食品の試食

岡崎市民病院栄養管理室
☎66・7038 FAX25・2913



まずは気軽に足を運んでみませんか



意外と身近な病気なんですよ

岡崎市民病院 腎臓内科統括部長 朝田 啓明