

尿毒症の症状

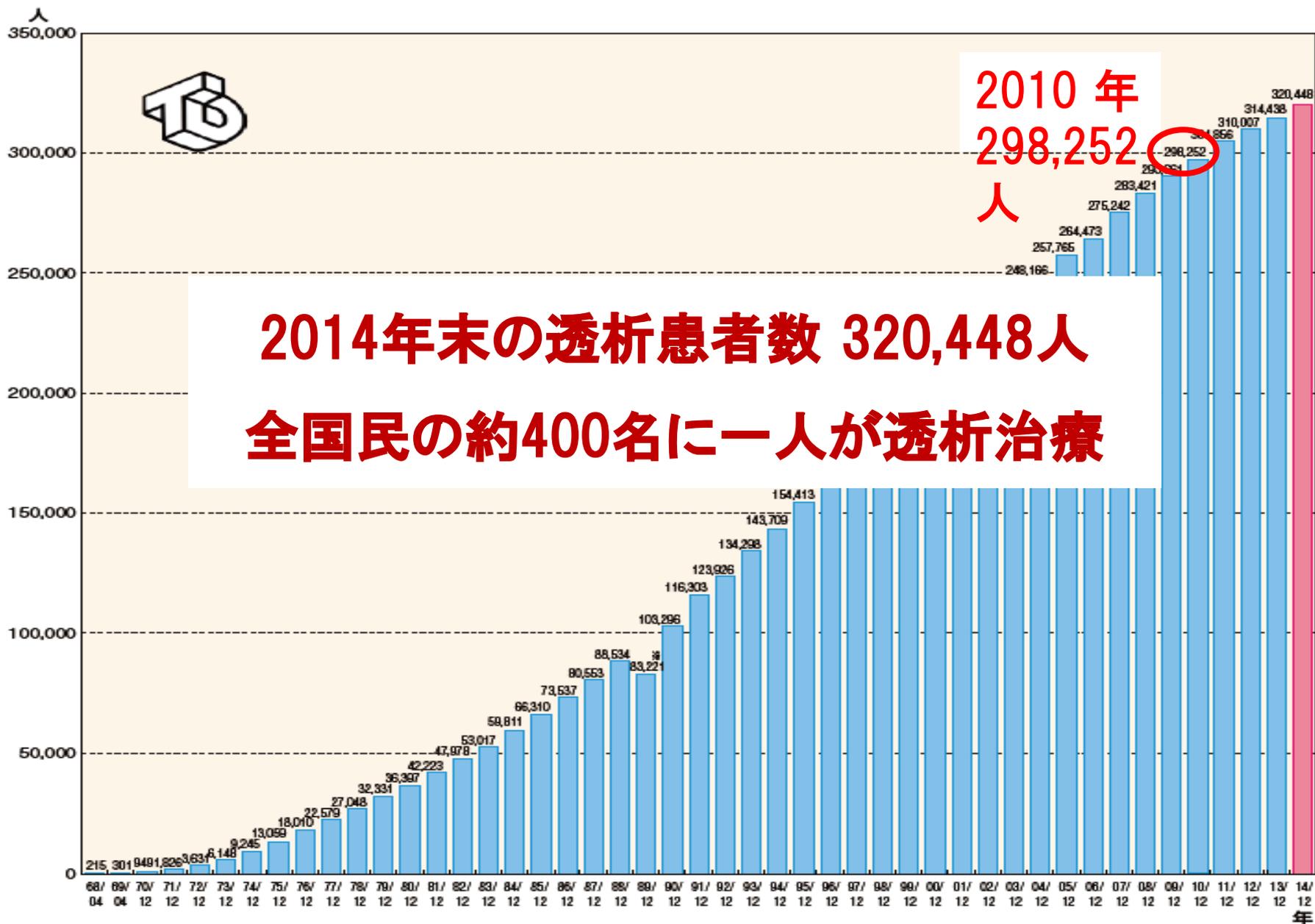


慢性透析患者数の推移

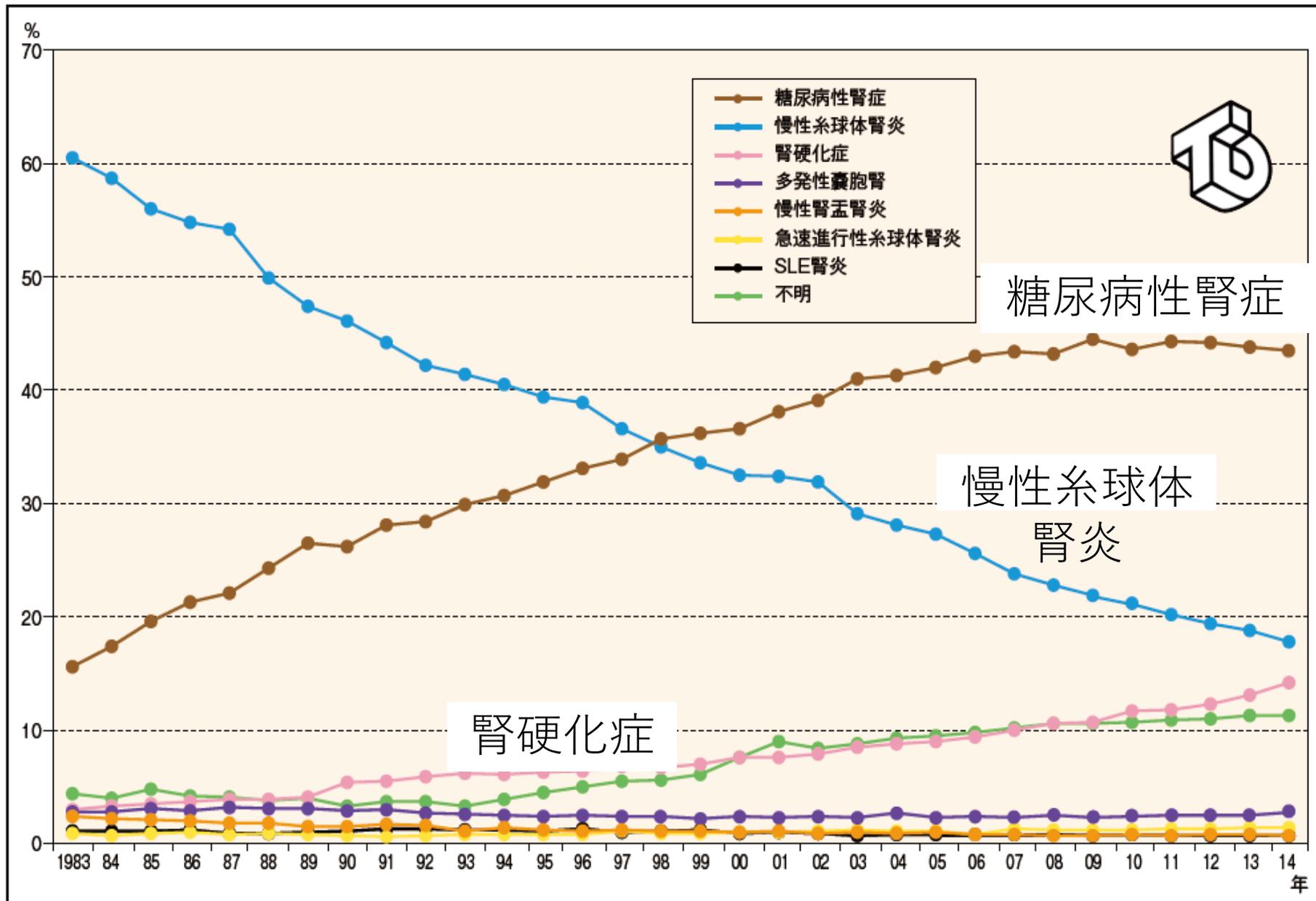


2010年
298,252人

2014年末の透析患者数 320,448人
全国民の約400名に一人が透析治療



透析導入患者の原疾患(割合%)の推移





かなり進行するまで、
自覚症状が少ない

慢性腎臓病はゆっくり進行する

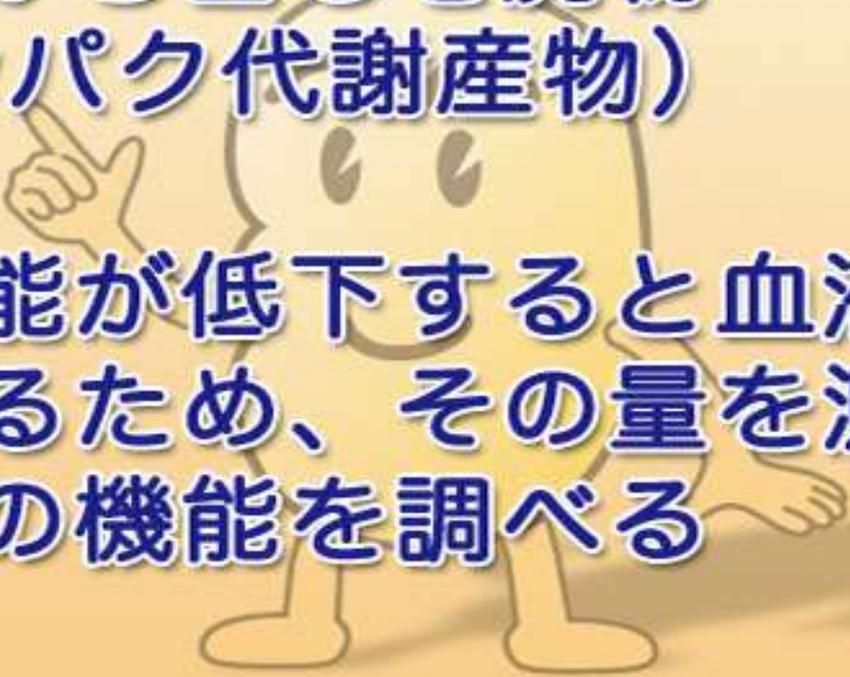
腎機能（腎臓の働き）を知る物差しは??

血液中の

クレアチニン

を測定します

血清クレアチニン (Cr)

- ・ 筋肉から出る老廃物
(タンパク代謝産物)
 - ・ 腎機能が低下すると血液中に
たまるため、その量を測って
腎臓の機能を調べる
- 

こんな方は要注意ですー早期発見と予防のすすめ

こんな人は要注意です！



高齢者



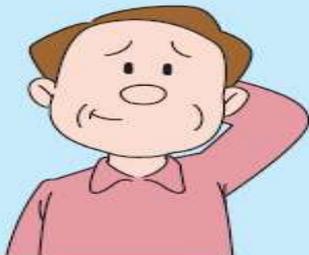
高血圧や糖尿病、肥満などの生活習慣病やメタボリックシンドロームがある



過去に心臓病や腎臓病になったことがある



健診などでたんぱく尿が見つかったことがある



家族に腎臓病の人がいる



たばこを吸っている

生活習慣の改善に取り組みましょう！

**禁煙
減塩**

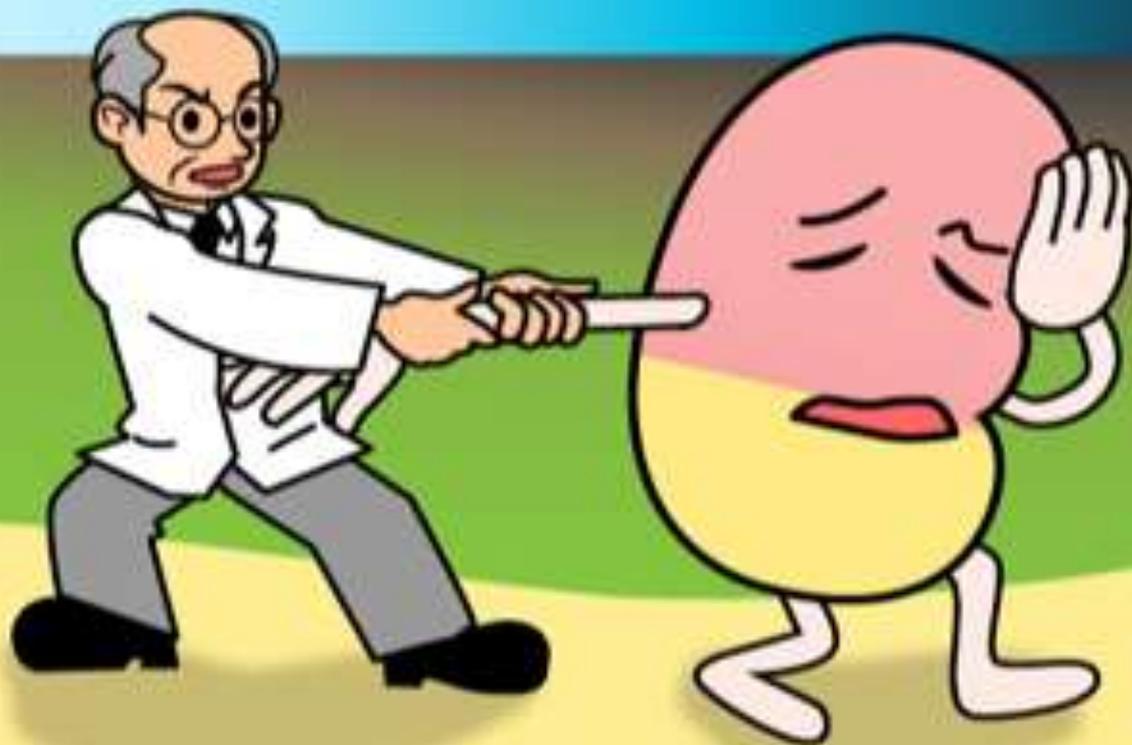
**肥満の解消
適度な運動**



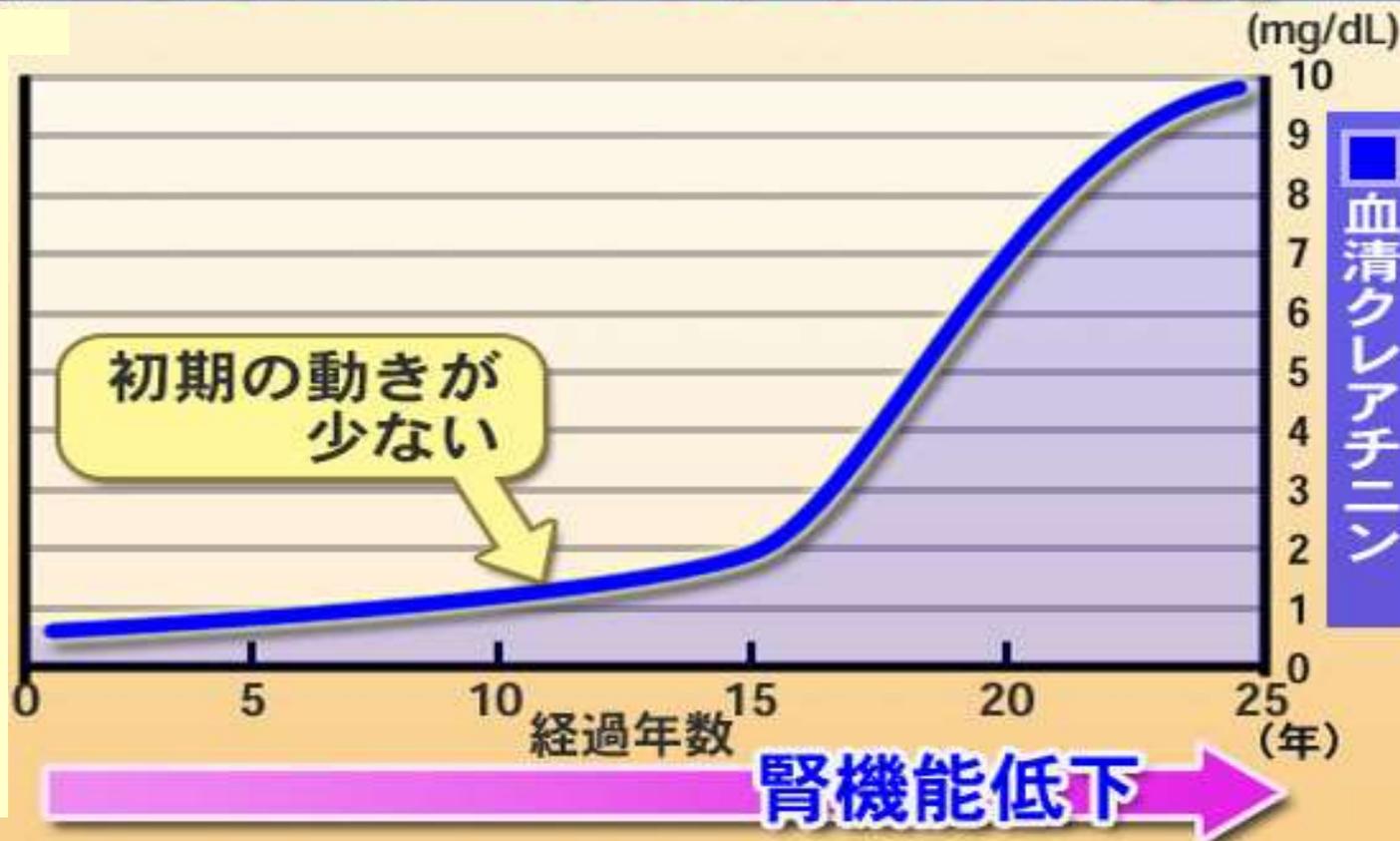
日本慢性腎臓病対策協議会

J-CKDI

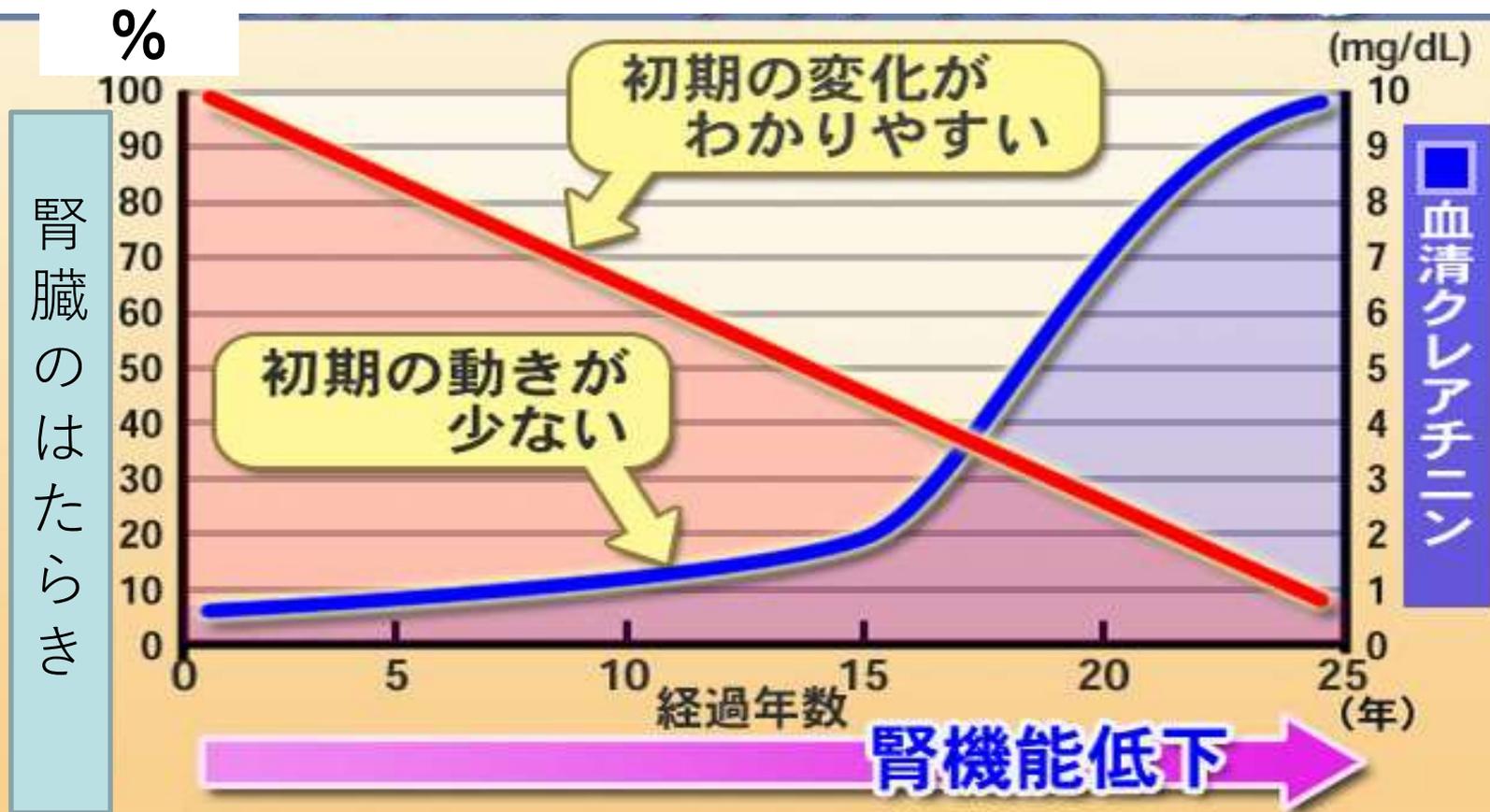
腎機能低下のスピードを抑える



血清クレアチニンの推移



血清クレアチニンと腎機能の推移



自分の腎機能をGFRとして計算してみましょう！

日本慢性腎臓病対策協議会HPなどでGFRが計算できます

腎機能をチェックしましょう(GFR値の自動換算)

| | |
|------------|---|
| 年齢 | <input type="text"/> 歳 |
| 性別 | <input type="radio"/> 男 <input type="radio"/> 女 |
| 血清クレアチニン値* | <input type="text"/> mg/dl |

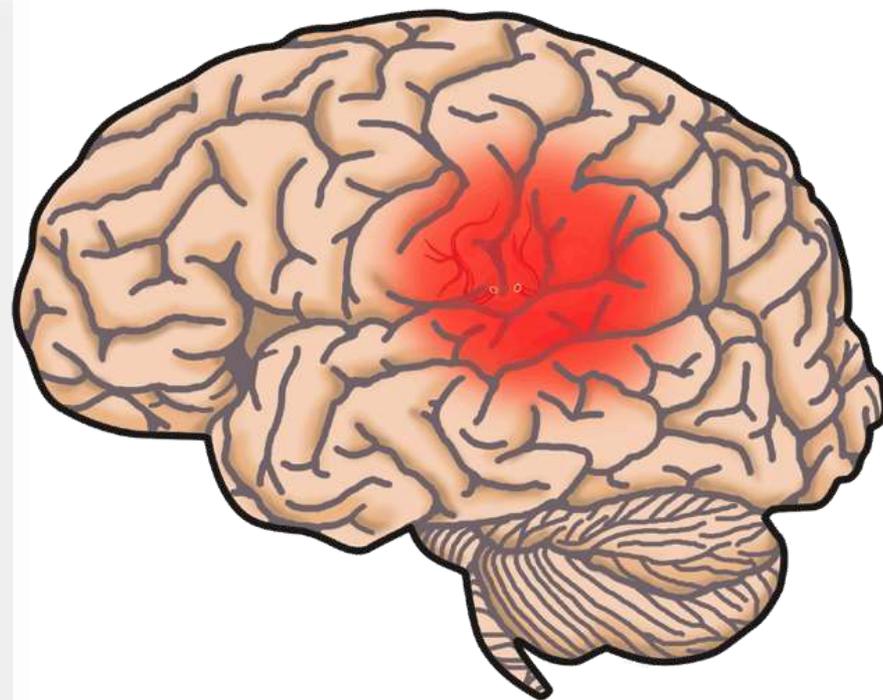
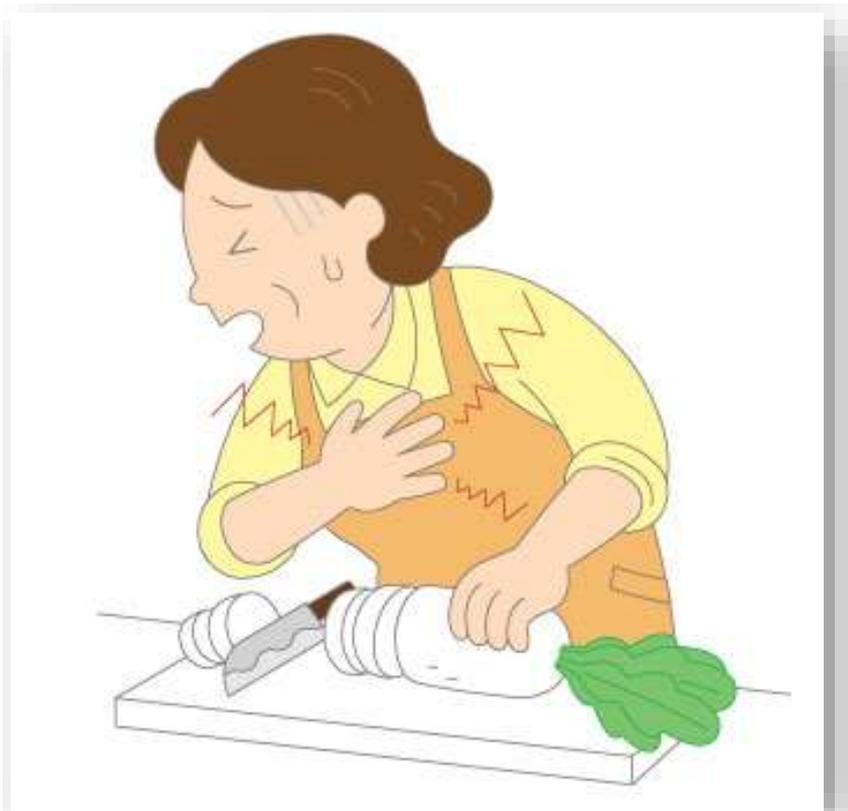
※健康診断結果用紙や医師からの検査結果に基づき入力します。(通常値:0.50-1.00 mg/dl)
※正確な結果を得るためには、検査前夜は禁食を要し、検査当日は水分を控え、安静にしてください。
※このツールは慢性腎臓病の診断にのみ使用されます。腎臓病の診断は医師の診断に基づき行われます。

CKDで検索

→ 結果をみる

<http://j-ckdi.jp/ckd/check.html>

慢性腎臓病(CKD)は心筋梗塞や 脳卒中などの危険が高まります



日本慢性腎臓病対策協議会

あなたの腎臓だいじょうぶ？

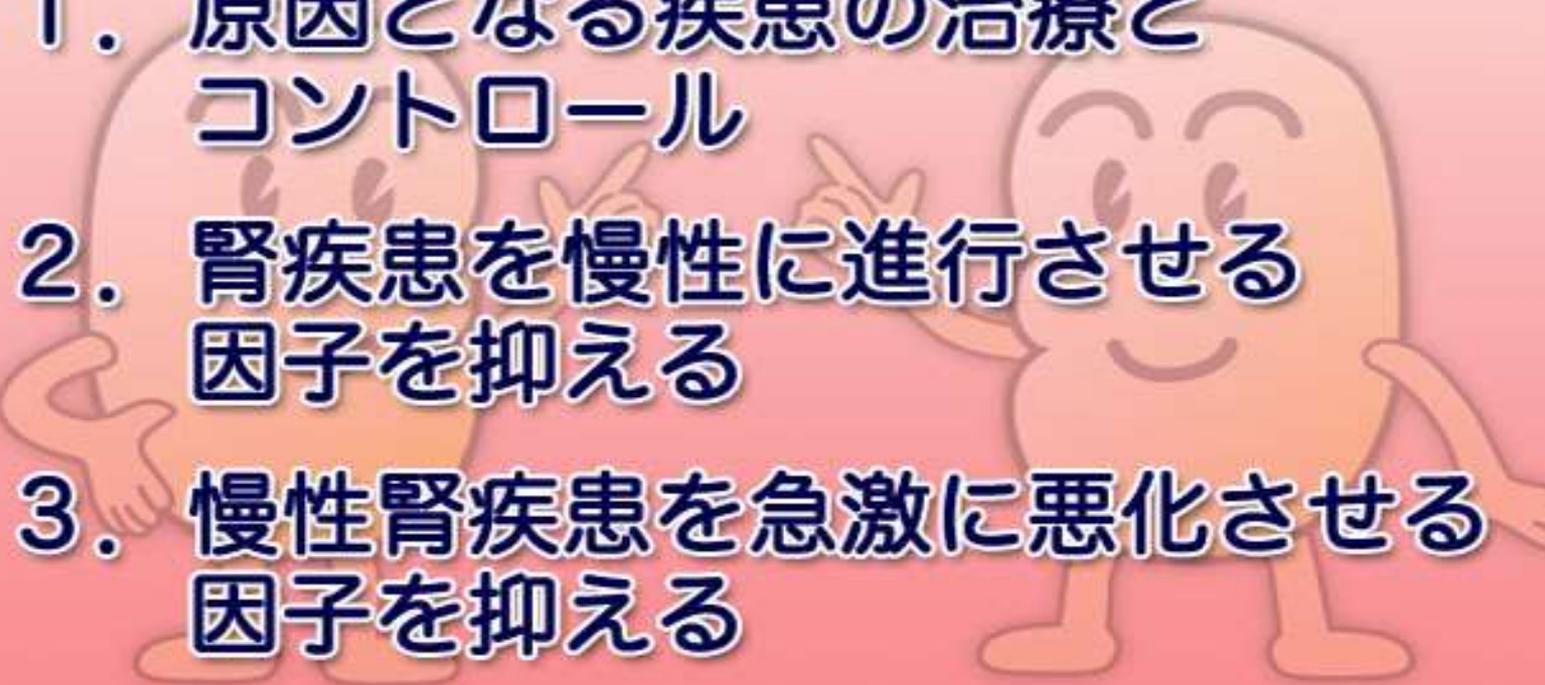
慢性腎臓病(CKD)は自覚症状がありません！

健康診断を受けましょう！

1. あなたのおしっこ(尿)は大丈夫？
タンパク尿は腎臓の悲鳴！
2. 腎臓のはたらき(腎機能)ははどのくらい？
血清クレアチニンから簡単に腎機能(GFR)がわかります。
3. 腎臓を悪くする因子はない？
血圧、血糖、脂質、肥満、メタボ・・・



慢性腎疾患の進行因子の管理

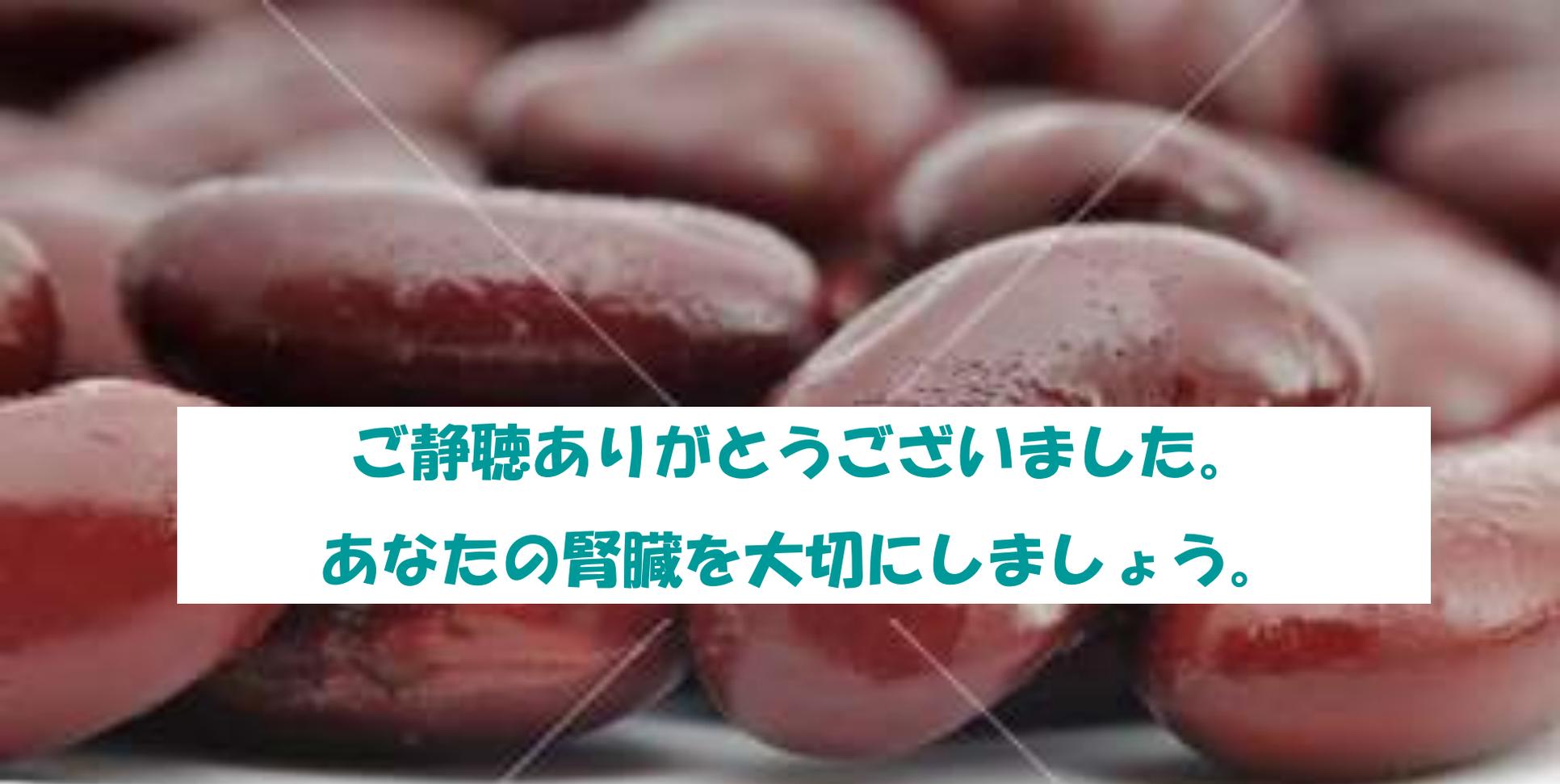
1. 原因となる疾患の治療とコントロール
 2. 腎疾患を慢性に進行させる因子を抑える
 3. 慢性腎疾患を急激に悪化させる因子を抑える
- 
- Two cartoon kidney characters are positioned behind the text. They are light brown, bean-shaped with a smiling face, arms, and legs. One kidney is on the left, pointing upwards with its right hand. The other is on the right, also pointing upwards with its right hand.

糖尿病性腎症の場合の血糖管理不良

- ・ 糖尿病食による
コントロールが基本
- ・ よりよい血糖コントロールは
糖尿病性腎症の進行を遅ら
せます

腎疾患を慢性に進行させる因子

1. 高血圧（糸球体高血圧）
2. たんぱく質の過剰な摂取
3. 高コレステロール血症
4. 喫煙
5. 高リン血症
6. 貧血



**ご静聴ありがとうございました。
あなたの腎臓を大切にしましょう。**

Kidney Beans
いんげん豆