

見なおそう!

みんなの健康

日本赤十字社和歌山医療センター
http://www.2.kankyo.ne.jp/nisseki-w/

No.11

8人に1人は慢性腎臓病!?



腎臓内科副部長
前沢 浩司(まえざわ こうじ)

腎臓の働きは？
主な働きは、血液

欲不振、呼吸困難といった症状が出来ます。また、骨がもろくなる、貧血になる、血圧が上昇するなどの症状も出てきます。

しかし、これらは進行してから出てくる症状で、初期の段階では、自覚できる症状は何も出ません。症状が出る前に、腎臓を守ってあげましょう。初期の段階で発見し、進行を少しでも遅らせること、それが腎臓内科医の願いです。

慢性腎臓病とは？
最近、慢性腎臓病

その機能が衰えたら、尿がつくれず、老廃物や水分がたまります。その機能が衰えたら、尿がつくれず、老廃物や水分がたまります。

原因は、糖尿病や高血圧などさまざまです。肥満やメタボリック症候群、高齢の方がなりやすいと言われています。

腎臓が悪くなると、尿をつくれなくなり、透析療法が必要になります。血液透析を開始する原因で最も多い病気は、以前は慢性糸球体腎炎という腎臓の病気でした。しかし、平成10年以降は、糖尿病性腎症が一番になりました。

また最近、高血圧などが影響している腎硬化症も透析開始の原因として増加しています。この病気は、比較的高齢の方に多いので、高齢化が影響していると言えます。年齢だけが原因とは言えませんが、和歌山は高齢化率が高く、透析患者数が全国平均を上回っています。

腎臓を守るために
糖尿病、高血圧がある人は、きちんとコントロールする必要があります。かかりつけ医の診察を受けましょう。

腎臓の働きが徐々に低下していくさまざまな腎臓病の総称です。

また最近、高血圧などが影響している腎硬化症も透析開始の原因として増加しています。この病気は、比較的高齢の方に多いので、高齢化が影響していると言えます。年齢だけが原因とは言えませんが、和歌山は高齢化率が高く、透析患者数が全国平均を上回っています。

CKD患者さんの食塩摂取量の基本は、一日当たり3〜6gです。進行や病状にもよりますが、摂りすぎているタンパク質の他、生野菜やフルーツの制限なども必要になってきます。

現在、かかりつけ医と腎臓内科医との連携を進めています。普段は、今までの通り、かかりつけ医に受診し、腎臓に関しては当センターで専門診療を受けていただきます。2人の主治医が力を合わせたサポート体制で治療していきます。

生活習慣の改善も必要です。喫煙はCKDを進行させる要因となります。過度の飲酒も避けるべきです。

健康で楽しく長生き！ われわれの願いです。

健康で楽しく長生き！ われわれの願いです。

健康で楽しく長生き！ われわれの願いです。

これらの記事等は新聞社の承諾を得て掲載してまいります。