

慢性腎臓病について

市立福知山市民病院 腎臓内科・総合内科 2014/12 ver2

■ 疾患について

- ・様々な原因により腎機能が徐々に低下していきます。
- ・原因：糖尿病や高血圧が多く、他に腎炎や膠原病などがあります。
また加齢によっても徐々に腎機能は低下します。
- ・自覚症状はほとんど見られません。腎機能低下が進行して老廃物が排泄できない状態（＝尿毒症）になると、倦怠感、むくみ、貧血、電解質^{注)}などに様々な異常を認め、最終的に人工透析や腎移植を検討する事もあります。

注) 電解質 = ナトリウムやカリウムなど、体内のミネラルの総称

- ・心臓病や脳卒中との関連も言われています。

■ 検査

- ・血液検査：腎機能や電解質は血液検査をしないとわかりません。(Cre：クレアチニン)
現在の腎機能 (eGFR) は _____ mL/min/m² です。 基準値 60mL/min/m² 以上
- ・尿検査：タンパク尿や血尿の有無
- ・超音波検査、CT など：腎生検の適応については担当医にご相談ください。

■ 治療

- ※ 徐々に進行する疾患であり、できるだけ進行を遅らすことが目標になります。
 - ・原因のコントロール：糖尿病や高血圧の治療に加え、禁煙、ダイエットなど生活習慣改善も大切です
※ 禁煙外来については担当医にご相談ください。
 - ・食事療法：減塩が中心ですが、低たんぱく食やカリウム制限食を検討することもあります。
※ 栄養指導については担当医にご相談ください。
 - ・腎臓を保護する薬：一部の降圧薬、クレメジン®が相当します。
 - ・腎臓に悪い薬：様々なものがありますが、代表として鎮痛薬の一部（ロキソニン®など）、尿酸降下薬の一部（ザイロリック®）、利尿薬などが相当します。ご自身で医師に「腎臓が悪い」と自己申告することも大切です。また、利尿薬を代表とする電解質異常をきたしやすい薬を使用している場合にも注意が必要です。
- 特に複数の医療機関を受診し処方を受けている場合、どの医療機関が電解質を管理するのか、が問題になります。

■ 注意すべきこと

- ・腎機能や電解質について診てもらう「かかりつけ医」を決めてください。
(多くの場合、普段、採血をしている医療機関になります)
- ・腎臓に悪い薬を避けるようにしてください。(例：整形外科や歯科受診時の痛み止めなど)
- ・将来的な人工透析については、担当医や腎臓内科医、透析担当医にご相談ください。