

はちまき通信

VOL. 3
平成 23 年 12 月 25 日
編集 発行
北九州市八幡医師会
広報委員会

慢性腎臓病と北九州の予防連携システム

北九州市八幡医師会理事 藤本 裕司



慢性腎臓病（CKD）って知ってますか？

たんぱく尿などの異常や腎機能の低下（eGFR が 60 未満（※）（World 参照））が 3 ヶ月以上続く状態です。原因は問いません。実は成人の 8 人に 1 人が CKD に相当し、新たな国民病とも言われています。

CKD は eGFR の値で 5 期に分類されますが、ステージ 1、2 といった初期にはほとんど自

★ Key Word

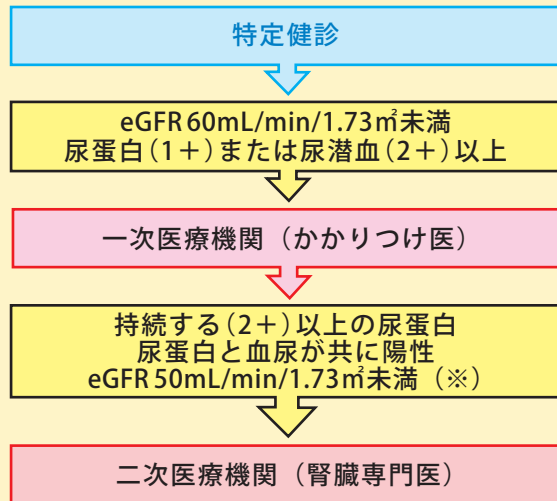
eGFR = 推算糸球体ろ過量。腎臓のいわばフィルターとしての能力を表わします。この数字が高いほど単位時間あたりに濾し出せる尿の量が多く、腎機能がよいことになります。60 以上あれば合格です。



覚症状がありません。しかし、ステージ 3 以降となると次第に症状が出現し進行を止めることが難しくなり、透析に至ることもあるのです。腎機能は老化とともに低下するので高齢者になるほど CKD が多くなりますが、生命予後の長い若い方の CKD は透析が必要な末期腎不全（ステージ 5）に

至る可能性が高いため早期の診断と対策が必要です。また糖尿病、高血圧、脂質異常症といった生活習慣病は、CKD の発症や増悪の危険因子となり、また逆に CKD の方は心臓病や脳卒中といった心血管系合併症の発症率が 3 倍高いとも言われています。腎臓病の早期発見にもっとも有効な検査は

図. 北九州慢性腎臓病予防連携システムの概要



(※)検査は複数回行うことが望ましい。

eGFR が 70 歳未満の場合は 50mL/min/1.73m²未満、70 歳以上の場合は 40mL/min/1.73m²未満、あるいは eGFR の急激な低下がある場合は二次医療機関へ紹介する。



検尿です。腎臓に異常があれば多くの方がたんぱく尿や血尿などの異常が出るからです。検尿に異常のない CKD ではさらに腎機能（eGFR）のチェックが必要となります。北九州市では特定健診の中に、検尿とともに eGFR の測定をいち早く取り入れ、かかりつけ医のスクリーニングから、より注意が必要な患者さんを腎臓専門医へ紹介するシステムを構築しています（上図を参照）。このシステムによって将来的に透析患者さん（現在は全国で 30 万人！）を減らしたり、CKD の増悪を予防することをめざしています。

（監修 済生会八幡総合病院 腎センター 安永親生）



* 一日に摂取する食塩の量は 6g を超えないことが理想です。



はちけん



Q&A

ご質問…HDL（善玉）コレステロールが低い、といわれましたがどうしたらよいのでしょうか。
お答え…LDL（悪玉）コレステロール値に対してHDLコレステロール値が半分以下（LDL/HDL比2.0以上）の方は、動脈硬化に基づく心筋梗塞などの病気になるやすいといわれています。
対策として肥満のある方は減量、運動不足の方は軽い運動（ニコニコペース）、喫煙者は禁煙を。ほかに薬物療法（スタチンやビタミンEなどの内服）などがあります。かかりつけ医にご相談を。



題字・イラスト
末次 文祥

