



特集

# 新たな国民病、慢性腎臓病(CKD)

自分の腎臓を知って、  
CKDを予防しよう!

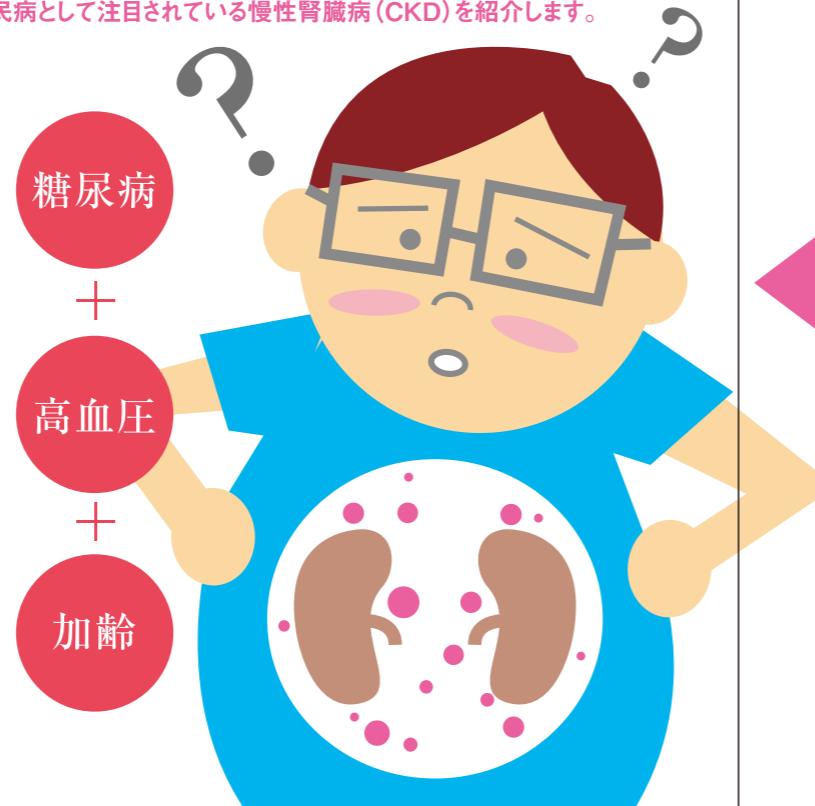
## ◎ 慢性腎臓病(CKD)とは?

CKDは、慢性的に経過するすべての腎臓病を指します。糖尿病や高血圧などの生活習慣病や、加齢などの関連も深く、誰もがCKDを発症する可能性があります。また、初期には自覚症状がほとんどないため、知らないうちに病状が進行している恐ろしい病気です。

CKDの主な原因としては、腎炎、糖尿病性腎症、腎硬化症などがあげられます。1980年代後半までは、主に若者が発症する腎炎が多く見られていました。しかし、近年では、糖尿病性腎症や腎硬化症などの生活習慣や高齢化が原因となる病気の割合が高くなってきています。

腎臓は、体を正常な状態に保つ重要な役割を担っています。腎機能が低下し続けることで、心臓や血管に負担がかかり、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすリスクが高まります。また、CKDが進行して腎不全になると、体内から老廃物を除去できなくなり、最終的には透析や腎移植が必要となる恐れがあります。

「慢性腎臓病(CKD)」を聞いたことはありますか?その名のとおり、腎臓の機能が慢性的に問題をかかえた状態を指します。近年増加している腎臓病について、患者さんや医療従事者に理解しやすいものにし、早期の発見・治療につなげようと約10年前から新たに提唱された概念です。今号では、日本の大人的7~8人に1人いると考えられ、新たな国民病として注目されている慢性腎臓病(CKD)を紹介します。



# 慢性腎臓病(CKD)

まんせいじんそうびょう

## ◎ 予防・治療方法

早期に診断、適切な治療を受け、腎臓病を進行させないことが重要です。ほとんどの場合、尿検査や血液検査で異常を見つけることができます。定期的に健康診断を受け、異常が見つかればかかりつけ医や専門医に相談しましょう。

CKDの治療法はその原因によってさまざまです。例えば腎炎は、腎臓に主となる原因があつて発症する病気のため、ステロイドを使用するなど腎炎に特化した治療を行います。しかし、生活習慣病が原因の場合は、服薬などに加えて食事療法や運動療法などの生活習慣の改善も必要となります。患者さんの病態によって腎臓に負担をかけている原因は異なるため、まず尿検査、血液検査などを行い、腎臓の状態を詳しく調べ、効果的な治療方針を立てることが大切です。

透析患者は日本だけでも30万人を超えており、10年で約10万人増加しています。透析治療は日々進歩していますが、腎機能を完全に代替することは不可能であり、頻繁な通院負担や長期透析の合併症など問題もあります。また、腎移植は、継続的に機能すれば日常生活の負担が軽減しますが、拒絶反応やドナー不足などの問題があるため、やはり透析や移植の必要がないように早期に発見し、治療するという意識が大切です。

## 患者の皆様へ

まずは定期的に検診を受診することが重要です。生活習慣に問題がない方でも、40歳を過ぎると腎機能は徐々に低下します。検診で異常が発見された場合は、医療機関を受診し、適切な治療を受け、そしてなにより治療を継続することが腎臓病の悪化を防ぎます。医師の診断や検査の結果から、何が腎機能に悪影響を及ぼしているのかを認識し、ご自身の腎臓の状態を常に把握することが腎臓を長持ちさせる秘訣です。

健康診断内申書



説明は、徳島大学病院 腎臓内科  
安部 秀齊(あべ ひではる)副科長  
Tel. 088-633-7118(腎臓内科外来)