特集

慢性腎臓病について

■説明は
徳島大学病院
腎臓内科　診療科長
総合腎臓病センター　センター長
脇野　修（わきの しゅう）

■お問い合わせ先
内科外来
Tel：088−633−7118

今回は、新たな国民病と言われることもある慢性腎臓病について、腎臓内科の脇野診療科長にお話を伺いました。

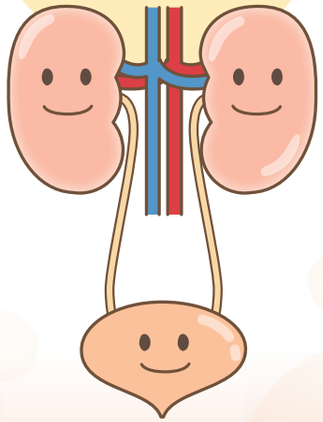
慢性腎臓病とは

腎臓は、体の背中側に左右１つずつある縦10㎝×横5㎝程の臓器です。主に血液をろ過して、余分な水分や老廃物などを尿として排出することで、体液の水分量と質を維持します。その他、ホルモン生成などの役割を担っています（図参照）。

慢性腎臓病は、何らかの原因により、この腎臓の機能が低下し、1分間あたり100mlの尿が作られるところ、60ml以下になったり、尿検査で尿蛋白や尿潜血が検出されたりするなどの異常が３か月続くような状態のことをいいます。ただし腎臓は「沈黙の臓器」と言われ、なかなか症状が現れません。

【腎臓の役割】

- 余分な水分の排出
- 代謝の中で生成される毒素・老廃物の排出
- 電解質（カリウム・ナトリウム・リンなど）の調整
- 酸度の調整（弱アルカリ性に保つ）
- 造血・血圧調整ホルモンの分泌、ビタミンD活性化



患者さんへひとこと

腎臓は「沈黙の臓器」です。健診などの結果をおろそかにしないで、適切な時期に専門的な医療機関で受診をしてください。

既に腎臓病治療をされている患者さんは、食事や生活習慣に気をつけて、できれば腎臓専門の医師に診ていただくとよいと思います。また、透析も昔より技術が向上し、元気に治療ができるようになっています。

むくみや貧血、骨の異常、酸血症などの症状が出てきた時にはすでに末期に近い状態となっています。したがって、慢性腎臓病の早期発見のためには健診や人間ドックでの定期的な尿検査がとても大切です。

また、慢性腎臓病になる原因には様々ありますが、生活習慣病（高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満など）がある方はなりやすいので、慢性腎臓病の予防には生活習慣の見直しも大切になってきます。

慢性腎臓病の治療

もし慢性腎臓病になってしまった場合、治療を始めなくてはなりませんが、慢性腎臓病には治るものと治らないものがあります。腎機能の回復が見込めるものとしては、慢性腎炎や急性腎障害があり、副腎皮質ステロイドや免疫抑制剤を用いて治療します。その一方で、自覚症状がないままゆっくりと進行するような慢性腎臓病は腎機能の完全な回復が見込めません。そのため、それ以上腎機能が低下しないように抑える治療をすることとなり、生活習慣の管理（禁煙、減量、血圧管理など）、食事療法や薬剤療法を行います。

また、末期の腎臓病になってしまった場合は、失ってしまった腎機能の代わりとなるような治療が必要です。血液透析・腹膜透析や腎移植が選択肢となります。透析といえば、悪いイメージを持たれがちですが、以前より透析患者のQOL（生活の質）は保たれるようになっています。

徳島大学病院の取り組みと課題

徳島大学病院では、腎臓病に対する取り組みとして、令和4年8月に総合腎臓病センターを設置し、泌尿器科や小児科など腎臓内科以外の診療科ともカンファレンスを通じて連携を図りながら、チーム医療で診療を行っています。

また、徳島県には透析の専門医は人口あたり大変多いのですが、腎臓の専門医は全国の平均以下となっており、特に県南部・西部にはほとんどいないのが現状です。末期の腎臓病治療である透析が必要となる前の診断・治療には、腎臓の専門医を増やす必要があるため、現在は、徳島県とともに県内の腎臓病医療の向上に資するよう、腎臓病の準専門医をつくる認定制度を構想しています。

じんぞうびょう教室のお知らせ

～慢性腎臓病（CKD）ってなに～

回数：全３回
時間：14:30～16:30
場所：徳島大学病院外来診療棟５階 日亜ホール white 大

１回目　2024年２月７日（水）
慢性腎臓病について
薬物療法
療養生活について

２回目　2024年２月16日（金）
食事療法
運動療法

３回目　2024年２月29日（木）
腎代替療法について
血液透析
腹膜透析
腎臓移植
治療選択支援

受講料無料

2月に
じんぞうびょう教室
を開催します。
ご興味のある方は
本院内科外来に
お声掛けください