

# 腎臓からのSOSを見逃していませんか？

自覚症状に乏しい腎臓の病気は、早期から適切な治療を受けることが大切です。

## 健診結果を見直してみましょう

(1+/2+/3+)は  
医療機関の受診を

蛋白尿は腎臓の涙！  
泣いている原因を探しましょう。

尿検査	糖	(-)	腎機能	尿素窒素	12.1
	蛋白	(1+)		クレアチニン	1.1
	潜血	(-)		e G F R	56.9
尿検査	糖	(-)	電解質	ナトリウム	
	蛋白	(1+)		カリウム	
	潜血	(-)		クロル	

60未満は  
医療機関の受診を

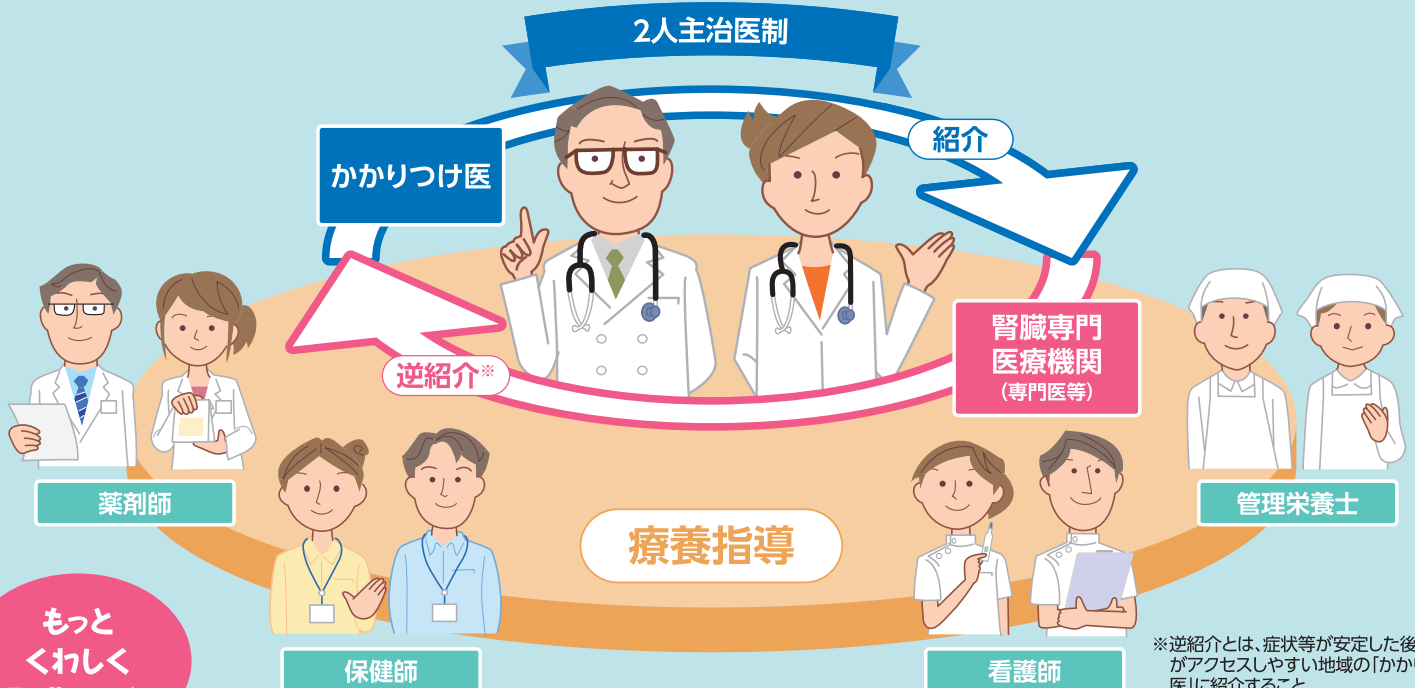
年齢・性別・血清クレアチニン値より計算されるeGFR値は、腎臓の状態を示します。

自分の腎臓と長くつきあうための第一歩  
かかりつけ医に相談しましょう。

- ・クレアチニンは健診における必須項目ではないため、測定されないことがあります。
- ・既に医療機関を受診している場合は主治医に相談してください。
- ・60未満が3ヵ月以上持続する場合、慢性腎臓病の可能性がります。

## 安心して治療を受けられる医療体制の整備に取り組んでいます

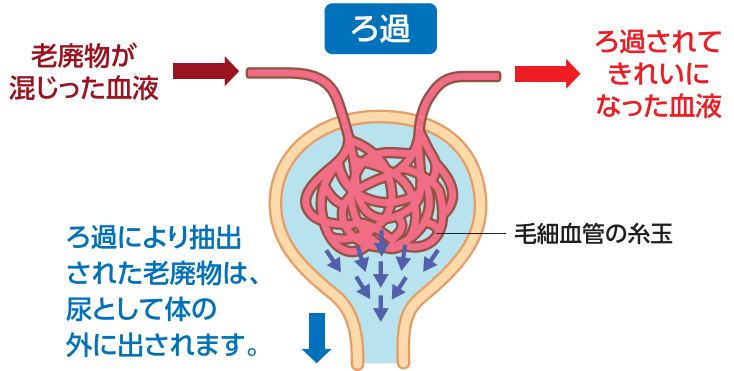
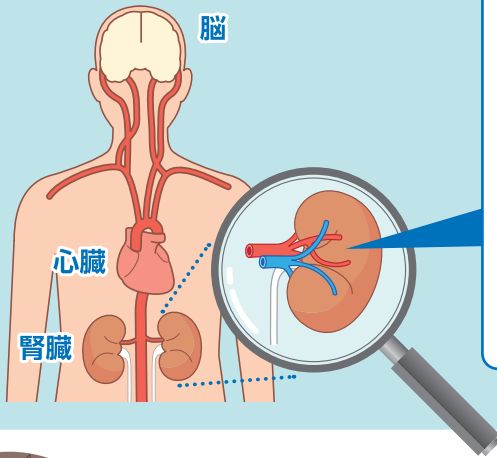
かかりつけ医等と腎臓専門医療機関(専門医等)が連携して診療し(2人主治医制)、  
メディカルスタッフとともに療養指導にあたります。



※逆紹介とは、症状等が安定した後、患者がアクセスしやすい地域の「かかりつけ医」に紹介すること。

# 腎臓と脳や心臓の関係、尿蛋白って？

腎臓は体に2個、  
脳や心臓と血管でつながっています。



1個の腎臓には、毛細血管の糸玉が約100万個

毛細血管の糸玉に傷がつくと、蛋白が尿へ漏れていきます。



健診で尿蛋白が「+」と出たけど、どういう意味でしょう？

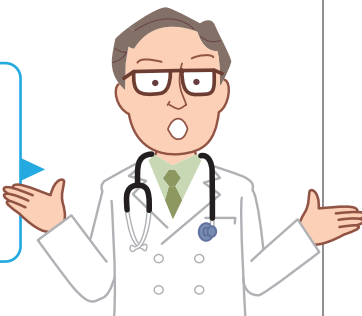
腎臓は毛細血管が糸玉のようなかたまりになったものが集まった臓器です。この血管の糸玉で、老廃物のろ過をしています。

尿蛋白が陽性ということは、この血管の糸玉に傷がついて、本来、体の外には出ていかない蛋白が尿へ漏れていることを示しています。



痛くもないし、体調も悪くないから、このまま様子をみようかな。

尿蛋白は腎臓の血管の糸玉に傷がついているサインです。同じ血液が流れる全身の血管の傷みも疑われ、脳卒中や心臓病の危険性が高まることが知られています。



腎臓の機能が低下した状態や尿蛋白陽性が持続する状態を**慢性腎臓病 (CKD)**といいます。症状がないため、放置してしまうと徐々に腎臓の機能が悪くなり、むくみや貧血が進み、さらに進行すると透析が必要になります。



できるだけ長く元気に暮らしていくためにはどうしたらいいの？

早期の受診が大切です。元々、腎臓の機能は、血管の老化により加齢とともに低下し、さらに血管を傷めるような病気、糖尿病や高血圧症等があると**CKD**の進行が早まります。逆に、これらの病気をしっかり治療すれば、**CKD**の進行をコントロールすることができます。

**CKD**をきちんと管理すれば、脳卒中や心臓病の危険性を低め、健康寿命を長く保つことができます。厚生労働省では、かかりつけ医と専門医等の2人主治医制を推奨しています。2人の医師が治療をしっかりサポートして、あなたの腎臓を守ります。



安心して受診を



腎疾患対策のページへ

厚生労働省 腎臓

検索

