

糖尿病注意報発令中

●問い合わせ 保健医療課健康支援室
☎53-2111 (内線2440~2443)

あなたの腎臓は大丈夫？

糖尿病は血糖のコントロールが大切です。今回は糖尿病性腎症と腎臓の検査について紹介します。

■糖尿病の合併症

高血糖の状態が続いても、痛みなどの自覚症状がないため病状が進行していきます。そのまま放置したり、適切に治療しなかったりすると、5年、10年と時間が経つうちに、深刻な合併症を引き起こすことになります。

糖尿病が原因でよくみられる合併症は、神経障害や網膜症、それに今回紹介する腎症の3つです。これらは糖尿病の三大合併症と呼ばれています。

■糖尿病性腎症

腎臓は血液が運んできた体内の老廃物をろ過し、尿として排泄する重要な機能を持っています。しかし、高血糖の状態が続くと、腎臓の糸球体という器官の細

小血管が狭くなり、十分に老廃物をろ過できなくなります。そして最後には人工透析になってしまいます。

市でもこうした糖尿病が原因で人工透析を受ける人が年々増加しています(図1)。

腎臓は、悪化するまで自覚症状(だるさ、めまい、むくみなど)が出にくく、という特徴があります。

糖尿病性腎症の合併症予防のために血糖コントロールと腎臓の状態を見ていくことが大切です。

■特定健診で腎臓の状態を確認

腎臓の機能は特定健診で

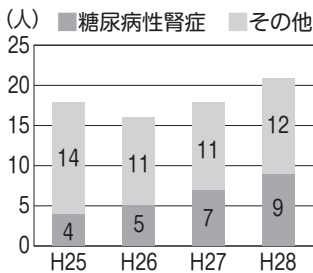


図1: 新規人工透析患者の推移
※更生医療申請状況より

行う尿蛋白と尿潜血、尿糖、血清クレアチニン、eGFR(推算糸球体ろ過量)の検査で見ることが出来ます。



■eGFR(推算糸球体ろ過量)とは?

腎臓の機能を推測する指標です。血清クレアチニン(血液検査)と年齢、性別から計算されます。腎臓が一分間にどのくらいの血液をろ過し、尿を作れるかを示す値です。

eGFRの数値は図2のように分類されています。数値の低下が著しいほど、腎機能が悪化していることを表します。

■特定健診を受けましょう

自覚症状がなくても、定期的に検査を受けることは、糖尿病による合併症予防の

数値が60を下回った時は要注意です

| 90 | 60 | 45 | 30 | 15 |
|-------------|----------------|--------------|--------------|-----------|
| 正常 または高値 | 正常値または 軽度低下 | 軽度~ 中等度低下 | 中等度~ 高度低下 | 高度低下 |
| | | | | 末期 腎不全 |

図2: eGFR数値(ml/分/1.73m)の見方 ※CKD診療ガイド2012より

ために大切です。自分の腎臓の状態を知ることや腎機能の低下を早期に見つけるためにも、毎年、特定健診を受診しましょう。