

# 糖尿病注意報発令中

## 糖尿病性腎症とは？

●問い合わせ 保健医療課健康支援室

☎53-2111(内線2441~2443)

### 透析導入原因の第1位

わが国では平成10年以降、糖尿病性腎症が透析導入の原因疾患の第1位となつていきます。市でも新規透析導入患者の原因疾患の約4割を糖尿病性腎症が占めており、その割合は年々増加しています(図1)。

透析が必要な状態になると食事が制限されたり、透析の通院のために時間がとられたりと、日常生活にも制限がかかります。

また、透析には一人あたり月約50万円の医療費がかかるため、国の透析の医療費は年間1・5兆円に上ります。

透析が必要な状態にならないようにするためには、一人一人が気をつけて

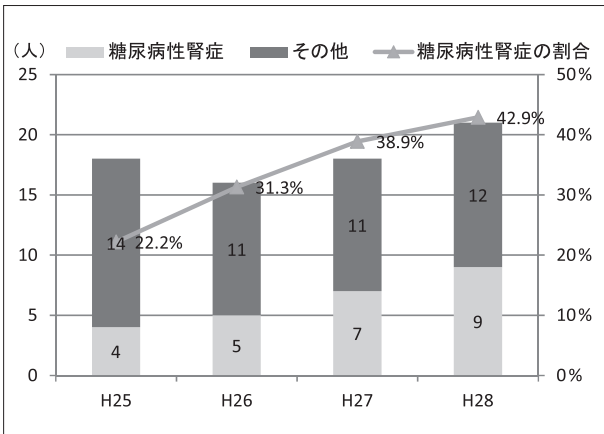


図1：村上市新規人工透析患者数 健康むらかみ21計画(第2次)【村上市】

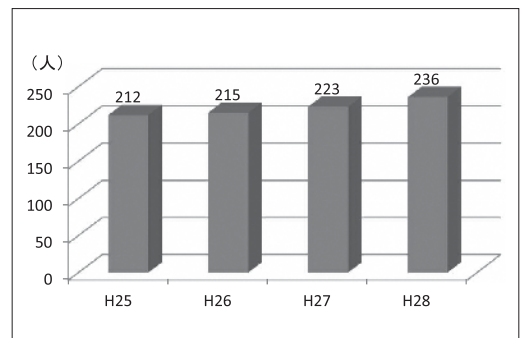


図2：村上市人工透析患者数 健康むらかみ21計画(第2次)【村上市】

血糖コントロールを良好に保つことが大切です。

### ■腎臓の働き

腎臓はそら豆の形をした握りこぶし大の臓器で、お腹の後ろ側に左右一つずつあります。

腎臓には、毛細血管が球状になった糸球体という組織が左右に約100万個ずつあり、血液の老廃物をろ過して尿をつくる大切な役割を果たしています。

腎臓の毛細血管はとても細く、0.005mmしかありません。また、心臓が収縮して全身に送り出す血液のうち4分の1が腎臓に流れていきます。このため、他の毛細血管の約4倍の圧力が血管にかかるため、傷つきやすい臓器です。

### ■高血糖による腎臓への影響

血糖値が高くなると、腎臓の糸球体入り口の動脈が広がり、糸球体に入る血流量が増加します。すると、糸球体で高血圧が起こり、糸球体の形が変形します。変形してしまった糸球体が生まれ変わることはありません。

私たちは、生まれ持った糸球体がしっかりと働けるように本来の形を保てるよう、生涯大切に使わなくてははいけません。

### ■自覚症状

糸球体が傷ついても痛みを感じることはありません。そのため、初期に自覚症状を感じることはほとんどありません。

腎機能が3分の1になると、夜間尿が増えたり、むくみが出たりするなどの自覚症状が出てきます。さらに症状が進むと、呼吸困難や息切れ、動悸や気持ち悪さなどを感じ、最終的には機械で血液をろ過する人工透析が必要な状態となります。

糖尿病性腎症を早期発見するためには、定期的に検査を行うことが大切です。手軽にできる検査としては、市の健診で行っている血液検査や尿検査があります。

気になる方は、ぜひ健診を受けて腎臓の状態を確認しましょう。