

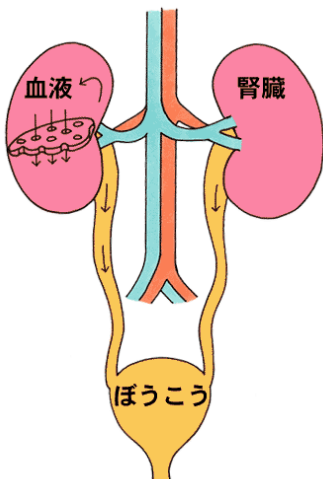
3月 健康だより

発行：新庄市健康課健康推進室

発行日：H28.3.1

重症化を予防しましょう！

腎臓のはたらき



腎臓はこぶし大の大きさで、腰のやや上に左右1個ずつあります。表面は硬い皮膜と厚い脂肪で覆われ、大切に守られています。腎臓は老廃物や水分などを排泄し、尿をつくるための臓器です。生命と健康を維持するために、重要な働きをしています。

1. 血液の浄化／老廃物や毒素の排泄
2. 体内の水分量や電解質の調整
3. ホルモンの分泌と調節



腎臓病ってなに？

腎臓病は、その名の通り、腎臓のはたらきが悪くなる病気です。

一度失われた腎臓の機能は、回復することが難しく、慢性の腎不全となる可能性が高いといわれています（急性の腎臓機能障害の場合など、例外はあります）。自覚症状が現れる頃には、かなり進行している場合が多く、腎臓の機能が低下し腎不全が進行すると、体の中に老廃物がたまり、透析療法などが必要になります。早期に発見し、治療を開始すれば、腎臓の機能低下を防いだり、進行を遅らせることができます！

主な症状

たんぱく尿

血尿

高血圧

身体のむくみ

食欲低下

だるい

このうち、「たんぱく尿」「高血圧」は、**特定健診で見つけることができます。**

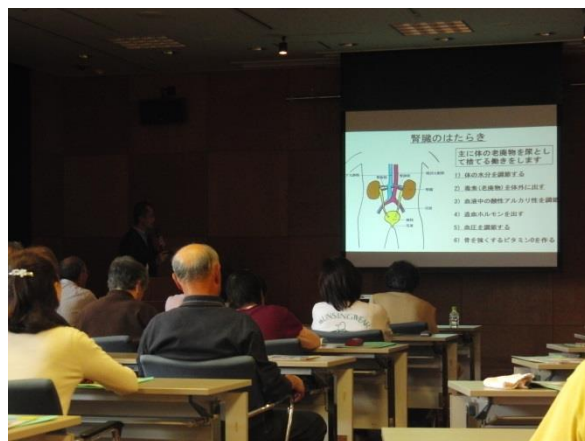
平成 27 年度新庄市腎臓病予防講演会






「慢性腎臓病の現状と治療について」

成人 8 人に 1 人が慢性腎臓病...

生活習慣病に起因する、高血圧症や糖尿病の重症化がすすむと「慢性腎臓病」になり、人工透析に移行する可能性が高くなります。新庄市でも、平成 16 年 71 人であった腎機能障害の方（人工透析患者）が、平成 25 年では 124 人と年々増加傾向にあります。慢性腎臓病について理解を深めて頂こうと、佐藤医院の佐藤一賢先生をお招きし、「慢性腎臓病講演会」を行いました。腎臓の働きを学び、改めて腎臓の大切さを感じた講演会でした。

重症化予防には、**疾病の早期発見・治療が有効**です。そのためにも、**特定健診を毎年受け、自分の健康状態を確認しましょう！**



病期ステージ	ステージ1	ステージ2	ステージ3	ステージ4	ステージ5
eGFR 値	90以上	60～89	30～59	15～29	15未満
腎臓病の程度	 正常				 腎不全
治療法		生活改善・食事療法・薬物療法			透析療法・腎臓移植

* eGFR（推算糸球体濾過量）：クレアチニン値と年齢、性別をかけあわせ算出する。新庄市国保加入の方と後期高齢者医療保険加入の方は、市の特定健診の検査項目に入っています。

お問い合わせは・・・

新庄市健康課健康推進室 ☎0233-22-2111(内線 516)