

慢性腎臓病（CKD）について

山形大学公衆衛生学教授・腎臓専門医 今田恒夫

●慢性腎臓病（CKD：Chronic kidney disease）とは

尿異常（蛋白尿や血尿）または腎機能低下が3か月以上続く状態のことです。現在、日本では1300万人（8人にひとり）がCKDであると言われています。CKDの主な原因は、高血圧、糖尿病、免疫異常などです。CKDは治療をしないと徐々に進行し腎不全になります。



●CKDの診断

尿検査と血液検査で診断します。尿検査で蛋白尿が出ていると早期のCKD、血液中のクレアチンが上昇し腎機能を表すeGFRが60未満になると進行したCKDと診断します。血清クレアチンから計算するeGFRの値は腎臓の働きを%で表していると考えるとわかりやすいです。例えば、eGFRが60の場合の腎臓の働きは60%となります。10%以下になると命にかかわるため、透析や腎移植が必要です。（3ページ参照）

●CKDの症状

はじめは、蛋白尿のみで自覚症状がありませんが、CKDが進行して腎機能が正常の30~60%になるとむくみ、15~30%になると疲れやすさ、15%未満（末期腎不全）になると吐き気、食欲低下、息切れなどの症状が出てきます。



●CKDの治療

腎臓は一度壊れると元に戻りません。そのため、できるだけ早くCKDを診断し、それ以上悪くならないように治療しなければなりません。治療方法は、① CKDのもととなる病気（糖尿病、腎炎など）の治療、② 血圧のコントロール（130/80mmHgが目標）、③ 減塩、④ 肥満の改善、⑤ 禁煙、⑥ 鎮痛剤や造影剤など腎臓に負担をかける薬剤の制限などです。



●CKDと言われたら

CKDは自覚症状が少ないため、軽く考えがちです。CKDと言われたら、放っておかず定期的に診察を受けましょう。CKDの治療には長い期間がかかりますが、治療を中断しないようにしましょう



今田恒夫先生からは毎月1回土曜日に、腎臓専門外来を担当していただいています。予約可能ですので、当院までお問い合わせください。