



最近特に注目され、世界中で患者数が増えている病気に慢性腎臓病（CKD）があります。とりわけ生活習慣病を原因とするものが問題で、日本でも成人の8人に1人、1300万人以上（2005年）がこの病気に罹患していると推定され、進行すると、最終的には人工透析を受けなければならなくなります。現在、年間約4万人が透析を開始し、総患者数は約32万人で世界第2位です。

慢性腎臓病



循環器内科医

上野勝己氏

液透析の段階に進む前に、これらの心血管病で死亡する方が多いと言われています。したがってCKDと診断されたら、腎臓だけでなく動脈硬化にも注意が必要です。

の臓器の一つでよほど悪くなるまで症状が出ません。かなり病期が進行してから初めてむくみ、倦怠感、立ちくらみ、息切れ、夜間頻尿などの症状が出現してきます。有効な治療法が無いことも問題です。そのため早期に見つけて進行を遅らせることが重要となります。

出能力を表すものです。正常値は90以上です。eGFRの数字に応じてCKDは五つのステージに分けられます。eGFRの値が60未満でステージ3となり、この段階でなんとか進行を食い止めることが大切です。

タンパク質は通常では尿中に排せつされません。尿中のタンパクが3カ月以上陽性である場合、腎臓の一部が壊れ始めていることを示します。

糖尿病や高血圧を治療することと生活習慣の改善が大切です。禁煙、肥満の改善、過度な飲酒を避け、塩分（1日6〜10g）とタンパク質（2〜3割減）を摂取制限。とりわけ減塩は重要です。ACE阻害薬とARBがタンパク尿を減少させ、腎機能の悪化を遅らせることに有効ですが、全ての患者に同等の効果が期待できるわけではありません。早期に見出し、生活習慣の改善で進行を遅らせることが重要です。（松波総合病院心臓疾患センター長、羽島郡笠松町田代）

生活習慣病から発病

腎臓は、体から不要になった老廃物や水分を尿として排出しています。そのため1日180リットルの血液をろ過しています。それだけでなく血圧の調節や造血ホルモンの分泌、カルシウムの調節など重要な働きをしています。腎臓が知らぬ間に侵され機能低下を起こしていくのですが、沈黙

数値を見ます。尿検査ではタンパク尿の有無を見ます。クレアチニンは体の中で産生される老廃物の一種で、この数値が高くなるのは腎臓の排せつ機能が低下し、老廃物がたまり気味になってきていることを示しています。eGFRとは、クレアチニンの数値から計算された腎臓の老廃物排

示します。ステージが進んでeGFRが50未満で2以上のタンパク尿陽性の場合には、腎臓専門医への受診が強く勧められています。

CKDの原因疾患は、以前は腎炎によるものがほとんどでしたが、生活習慣が欧米化した現在、糖尿病、高血圧が増加してきまし

増加傾向、高い心血管病リスク

た。心血管病の危険度もこれら生活習慣病によるCKDの場合、腎炎の場合よりも多く、高血圧によるCKDで3倍、糖尿病によるCKDでは6倍も発症しやすいとの報告もあります。これら心血管病の検査や治療には造影剤を使用することが多く、さらに腎機能が悪化する悪循環に陥ってしまいます。

糖尿病や高血圧を治療することと生活習慣の改善が大切です。禁煙、肥満の改善、過度な飲酒を避け、塩分（1日6〜10g）とタンパク質（2〜3割減）を摂取制限。とりわけ減塩は重要です。ACE阻害薬とARBがタンパク尿を減少させ、腎機能の悪化を遅らせることに有効ですが、全ての患者に同等の効果が期待できるわけではありません。早期に見出し、生活習慣の改善で進行を遅らせることが重要です。（松波総合病院心臓疾患センター長、羽島郡笠松町田代）