



新たな国民病!?

まん せい じん ぞう びょう

慢性腎臓病

慢性腎臓病（CKD）という疾患をご存じでしょうか。今や成人の8人に1人はこの病気に当てはまるといいます。

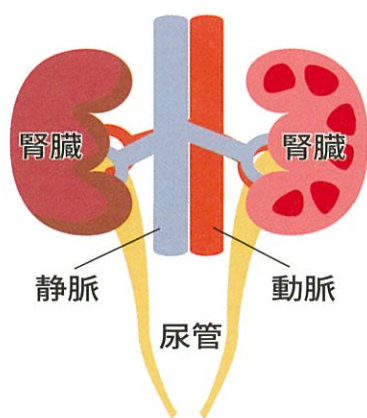
慢性腎臓病は生活習慣病をはじめ、様々な要因から腎臓の機能が落ちて発症するものです。

今回は慢性腎臓病について詳しくみていきましょう。

そもそも腎臓はどんな臓器？

腎臓が2つあるのはご存じでしょうか。腎臓は背骨を挟んで左右ひとつずつあります。場所は腰のあたりで、にぎりこぶし大の臓器です。

体内を巡った血液は、この腎臓を通ることで老廃物や余分な水分をろ過します。そのろ過は、それぞれの腎臓内に100万個以上あるネフロンという組織で行なわれます。ネフロンは、糸球体とそれを包むボウマンのう、尿細管で構成されています。これらによって血液から分離された老廃物と余分な水分は、尿として尿管を通じて膀胱に運ばれ、体外に排出されます。



こうして私たちの身体はきれいな血液を常に巡らすことができます。

慢性腎臓病って何？

何らかの原因、もしくは何らかの基礎疾患によって腎臓に関わる検査の値に異常がでたとします。この腎臓の機能が下がっている状態が3か月以上続くと、その人は「慢性腎臓病である」ということになります。

では慢性腎臓病はどのような検査によってわかるのでしょうか。

慢性腎臓病の診断

腎臓の機能の低下は次の2つの検査によって知ることができます。

- ・ 尿検査で、たんぱく尿が2+ 以上や血尿がある。
- ・ 血液検査で血清クレアチニンの値が基準値以上の場合。

2・0 mg/dl くらい。

〈血清クレアチニン値の基準値〉

男性 0・65 ～ 1・09 mg/dl

女性 0・46 ～ 0・82 mg/dl

この2つの検査で異常値がでて

表1 <慢性腎臓病の進行度（推算糸球体ろ過値（eGFR）による）>

ステージ	推算糸球体ろ過値 (eGFR)	腎臓機能の程度	症状
G1	90 以上	正常または高値	自覚症状はほとんどない
G2	89 ~ 60	軽度低下	
G3a	59 ~ 45	軽度~中等度低下	G3くらいから自覚症状がで始める。むくみ、疲労感、貧血、夜間頻尿など。また、心臓疾患や脳血管障害などの合併症が起こる危険性も高まる。
G3b	44 ~ 30	中等度~高度低下	
G4	29 ~ 15	高度低下	
G5	15未満	末期腎不全	

腎臓の機能が低下するのは、身体に何らかの原因がある場合です。とくに、生活習慣病（脂質異常症、

慢性腎臓病になりやすい要因

このように、腎臓の機能が低下していくと、最終的には腎不全につながる人工透析や腎臓移植の検討が必要になります。

腎臓は沈黙の臓器のひとつといわれ、腎臓に障害が起こっても初期の段階では自覚症状がありません。前述した推算糸球体ろ過値の進行が進むと自覚症状を感じるようになります。

慢性腎臓病の進行と症状

eGFRはクレアチニン値、性別、年齢から推算することができません。この結果によって、慢性腎臓病の進行度がわかります。

それが3か月以上続く場合は、腎臓の機能が低下している可能性があります。さらに、腎臓がどの程度働いているかは「推算糸球体ろ過値（eGFR）」で診断します。

⚠️ 危険因子

- ・脂質異常症 ・高血圧 ・糖尿病 ・動脈硬化 ・腎硬化症
- ・膠原病 ・尿路結石 ・加齢 ・肥満 ・喫煙
- ・過去に尿の異常や腎機能の異常を指摘されたことがある
- ・過去に急性腎不全にかかったことがある
- ・家族に慢性腎臓病の人がいる ・特定の薬を服用している など

高血圧症など）にかかっていると腎臓機能にも負担がかかり、慢性腎臓病を併発しやすくなるとされています。

慢性腎臓病の治療

腎臓はある程度まで進行すると、機能が改善しなくなり腎不全になっていきます。このため治療は、腎不全への進行を防ぐこと、さらに表1にある合併症を防ぐことが目的となります。

また腎臓の機能低下を引き起こしている元々の病気の治療を行なうことはいうまでもありません。同時に腎臓に負担をかけないような生活習慣の改善に努め、食事では塩分・たんぱく質などを抑えた食事療法、薬物療法が行なわれます。早期発見が、早期治療につながります。健康診断などで検査値に異常が見られたら、絶対に放置せず、かかりつけ医とともに経過を見守ることが大切です。

