

はじめに

慢性腎臓病（Chronic Kidney Disease）は、何らかの原因で腎機能障害が3か月以上続く状態のことを指します。日本のCKD患者さんは1,330万人（日本人口の約10%）と言われ、現在も増加傾向にあります。なぜCKDが増えているのでしょうか。考えられる原因は2点あります。

1点目は日本人の平均寿命が延びたことです。個人差はありますが、腎臓も長く年を重ねることで疲弊してCKDとなる方がいます。2点目は健康診断などで腎機能の評価が詳しく行われるようになったことです。これまで腎機能評価には尿検査のみということが多かったのですが、ここ数年で血液検査による評価もされるようになりました。そのためこれまで見逃されてきた方がCKDと診断されています。CKD予防のためには、早期腎機能評価が必要です。

腎臓の働き

腎臓は腰のあたりに左右1つずつあります。左右の腎臓にはそれぞれ約100万個の「糸球体」と呼ばれる、細い血管が「鞠」状になった器官が存在します。全身を巡った血液は、身体に必要なもの（蛋白質や赤血球など）や不要なもの（老廃物）を含みながらこの糸球体に流れて来ます。そして糸球体は必要なものは身体に戻し、不要なものは尿に出す「仕分け」作業を行います。通常、腎機能障害は、身体に必要なものが尿に漏れ出すところから発覚します。これが尿蛋白、尿潜血です。

尿蛋白

尿蛋白は主に次の原因で出現します。①生活習慣病、②糸球体腎炎、③疲労、不規則な生活、④起立性蛋白尿（特に若い方）

健康診断などで実施するのは検査紙で行う定性検査です。結果は(+)と出ます。しかし大切なのは1日に出る蛋白尿量です。正確に計測するには1日尿を貯める必要がありますが、外来で尿定量検査を行えば、おおよその1日尿蛋白量が分かります。その量によって、さらに詳しい検査が必要か判断します。尿蛋白陽性が出た場合、定量検査を受けていただくことが重要です。

尿潜血

尿潜血は主に次の原因で出現します。①糸球体腎炎、②膀胱・尿管・前立腺の炎症もしくは疾患、③尿路結石、④その他（激しい運動など）

尿蛋白同様、検査紙による定性検査です。潜血(+)という結果が出た場合、さらに尿沈渣という検査をする必要があります。この検査の主な目的は、尿を顕微鏡で観察し、尿潜血陽性の原因が糸球体（腎臓）異常のためなのか、糸球体異常以外のためなのかを判断することです。

以上の理由から尿検査は早期腎機能評価に有用です。さらに腎機能の評価、つまり糸球体の「仕分け」作業の評価はeGFRでも判断されます。

eGFR

eGFR（推定糸球体濾過量）とは糸球体が「仕分け」をして、どれくらいの割合で老廃物を尿に出しているかを判定する指標です。通常100%のところ60%を切るとCKDとされます。

eGFRは血中クレアチニン濃度（Cre）と年齢・性別を、決められた式に当て込めて算出されます。Creとは筋肉を使用した後に生じる老廃物です。一般的な筋肉量の違いから、血液検査では男性で0.8~1.2mg/dl、女性で0.6~0.9mg/dlが標準とされています。

Cre（老廃物）が上昇するとeGFRは低下します。しかし前述のようにCreは筋肉量（体格差）によって数値が変わってきます。eGFRの利点は簡便に腎機能評価が出来るところですが、体格差を考慮していないため、実は腎機能が正常である人をCKDとしてしまう欠点があります。また、通常eGFRは1回の検査だけではなく、数年かけて検査を行い、その推移を見て個々の腎機能の評価するために用いられます。

おわりに

検査で尿異常が認められたり、eGFRが60を切っていたりすると不安になる方が多いと思います。しかし医療機関で詳細な検査を行い、しっかりとした腎臓の現状を把握し理解していくことが大切です。

6月の 休日当番医

診療時間
10時~16時

当番医は変更になる場合がありますので、必ず確認してからお出かけください。この時間以外の診療は、志木消防署 ☎048(472)0119へお問い合わせください。

場所	施設名	科目	電話	場所	施設名	科目	電話
2日	志木 幸町クリニック	消内、内	048(485)5600	朝霞 宮戸クリニック	外、内、整外、肛		048(474)5103
9日	和光 和光駅前クリニック	外、内、小、整外、消内、肛、小	048(460)3466	朝霞 谷合眼科	眼		048(462)2355
16日	和光 和光市駅前かわはら内視鏡・消化器内科クリニック	消内、内	048(469)7149	朝霞 朝霞あおば台整形外科	整外、リハ		048(424)2841
23日	朝霞 磯貝医院	内、循内	048(463)2370	志木 西川医院	内		048(471)0074
30日	朝霞 新谷医院	循内、内、消内	048(461)3238	和光 大森耳鼻咽喉科医院	耳		048(467)3314

埼玉県救急電話相談と医療機関案内（24時間365日）

#7119（小児・大人共通）

つながらない場合 ☎048(824)4199

日曜日、祝休日に開局している薬局

朝霞地区薬剤師会ホームページから確認できます。

