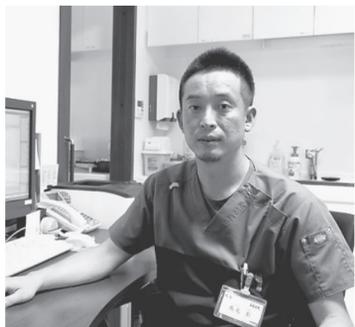


日本では推定で約130万人の患者があり、国民病として知られ始めてきた慢性腎臓病（CKD）。気付かないうちに腎臓が悪くなり透析療法をしなければならぬ場合もある。どのような病気なのだろうか。高尾病院（坂出市町町）の泌尿器科専門医、高尾彰院長（43）に聞いた。



高尾彰院長

健診で早期発見を

——どうして、CKDが注目されているのですか。
◆CKDは自覚症状がなかなか現れないのです。腎臓の機能が3割を切っても現れないことがあります。知らず知らず腎機能が低下していき、気付いた時には透析療法や腎移植しか治療法がないというケースもまれですがあるのです。

——日本人のどのくらいがCKD患者とみられているのですか。
◆健康診断などのデータから日本では成人人口の13%、約1300万人の患者がいると推定されています。成人の8人に1人に当たります。年齢的には高齢者ほど多く、60歳代では15%、70歳代で29%、80歳代になると半数近くの43・8%にもなります。そして、透析患者数は約30万人で、1年間に新たに透析療法をしなければならぬ人が1万人弱ずつ増えているのが現状です。

——CKDの原因にはどのような病気がありますか。
◆慢性腎炎症候群やネフロシス症候群のような腎臓病だけではなく、高血圧や糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群などの生活習慣病も大きな要因となっていることが明らかになってきました。

——高血圧などどうしてCKDになるのですか。
◆先ほどいいましたようにCKDは動脈硬化を反映しています。高血圧や糖尿病などは動脈硬化を引き起こす大きなリスクです。もう詳しく説明しましょう。腎臓の機能は体内の老廃物をろ過して尿を作ることで、ろ過機能を担当しているのが糸球体と呼ばれる毛細血管の塊です。成人では片方の腎臓に約100万個、左右で200万個もあるとされています。CKDは糸球体が障害を受けると大きな原因となります。糸球体の毛細血管の動脈硬化が、腎機能低下の大きな要因になるのです。生活習慣病がCKDの引き金になるのです。その他にもさまざまな原因があると考えられており、精神的に研究が進んでいます。

——どうすれば早く見つけられますか。
◆早期発見のためにはやはり健康診断の受診です。CKD初期にはほとんど症状がありません。D予防につながることをサポートしていきたくと考えています。

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKDを促進します。心筋梗塞や脳卒中はなかなか早期発見が困難な病気です。CKD患者を注意深く診ていくことで可能性もあります。

——CKDの原因にはどのような病気がありますか。
◆慢性腎炎症候群やネフロシス症候群のような腎臓病だけではなく、高血圧や糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群などの生活習慣病も大きな要因となっていることが明らかになってきました。

——高血圧などどうしてCKDになるのですか。
◆先ほどいいましたようにCKDは動脈硬化を反映しています。高血圧や糖尿病などは動脈硬化を引き起こす大きなリスクです。もう詳しく説明しましょう。腎臓の機能は体内の老廃物をろ過して尿を作ることで、ろ過機能を担当しているのが糸球体と呼ばれる毛細血管の塊です。成人では片方の腎臓に約100万個、左右で200万個もあるとされています。CKDは糸球体が障害を受けると大きな原因となります。糸球体の毛細血管の動脈硬化が、腎機能低下の大きな要因になるのです。生活習慣病がCKDの引き金になるのです。その他にもさまざまな原因があると考えられており、精神的に研究が進んでいます。

——どうすれば早く見つけられますか。
◆早期発見のためにはやはり健康診断の受診です。CKD初期にはほとんど症状がありません。D予防につながることをサポートしていきたくと考えています。

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKDを促進します。心筋梗塞や脳卒中はなかなか早期発見が困難な病気です。CKD患者を注意深く診ていくことで可能性もあります。

自覚症状ないまま進行 慢性腎臓病(CKD)

——慢性腎臓病（CKD）はあまり聞き慣れない病名ですが、新しい病気ですか。
◆テレビや新聞などで取り上げられるようになって徐々に認知度が上がっている病気です。病名と言っても糖尿病のように一つの病気の名称ではなく、原因となる病気を問わずに慢性的に腎臓の機能が障害されてくる状態を包括した名称です。2002年から米国腎臓財団が提唱した概念で、国際的に受け入れられるようになってきました。

——CKDの定義は？
◆腎臓の機能を調べる尿や血液検査、画像診断で腎臓が明らかであることが第一です。特に尿たんぱく質の存在が重要になります。そして腎臓の働きを表す糸球体濾過量と呼ばれる数値（GFR）が60ml/min/平方メートル未満というのも指標です。そのうえで、いづれかか、両方が3か月以上続くCKDが疑われます。

生活習慣病改善で予防

CKDのステージと主な症状

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
糖尿病などCKDのハイリスク群				
主な症状	・自覚症状がほとんどない ・たんぱく尿 ・血尿	・夜間に何度もトイレに行く ・血圧が上昇する ・貧血になる	・疲れやすくなる ・むくみが出る	・食欲低下 ・吐き気 ・息苦しい ・尿量が少ない

- ・治療法はすべてのステージで生活改善、食事療法、薬物療法
- ・ステージ1のハイリスク群は定期的な尿・血液検査
- ・ステージ4から透析療法や腎移植の準備
- ・ステージ5は透析療法や腎移植へ

適切な食事と運動 禁煙不可欠

——CKDとわかれば、治療はどうするのですか。
◆CKDの重症度に応じてステージごとに分けられます。それに応じて対応していきます。基本的には腎臓の機能を低下させている原因となっている病気の治療が先決です。例えば、糖尿病が原因のCKDで自覚症状がない早期であれば、血糖値のコントロールを第一に行い、進行を抑えるようにします。ステージが進行すれば腎臓低下に伴う合併症の治療を行います。治療について大切なことがもう一点あります。継続する

——CKDとわかれば、治療を受けていても、かなり進行しないと自覚症状がないために定期的な受診や生活習慣の改善も怠りがちになります。そして、気が付いた時にはCKDの最終ステージの末期腎不全に行きついでしまうのです。

——末期腎不全になってしまったら。
◆透析療法が腎移植が必要になります。透析療法には腹膜透析と血液透析があります。それぞれの方法にはメリット・デメリットがあるため、患者様の年齢や性格、生活状

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKD

——CKDの原因にはどのような病気がありますか。
◆慢性腎炎症候群やネフロシス症候群のような腎臓病だけではなく、高血圧や糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群などの生活習慣病も大きな要因となっていることが明らかになってきました。

——高血圧などどうしてCKDになるのですか。
◆先ほどいいましたようにCKDは動脈硬化を反映しています。高血圧や糖尿病などは動脈硬化を引き起こす大きなリスクです。もう詳しく説明しましょう。腎臓の機能は体内の老廃物をろ過して尿を作ることで、ろ過機能を担当しているのが糸球体と呼ばれる毛細血管の塊です。成人では片方の腎臓に約100万個、左右で200万個もあるとされています。CKDは糸球体が障害を受けると大きな原因となります。糸球体の毛細血管の動脈硬化が、腎機能低下の大きな要因になるのです。生活習慣病がCKDの引き金になるのです。その他にもさまざまな原因があると考えられており、精神的に研究が進んでいます。

——どうすれば早く見つけられますか。
◆早期発見のためにはやはり健康診断の受診です。CKD初期にはほとんど症状がありません。D予防につながることをサポートしていきたくと考えています。

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKD

——CKDの原因にはどのような病気がありますか。
◆慢性腎炎症候群やネフロシス症候群のような腎臓病だけではなく、高血圧や糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群などの生活習慣病も大きな要因となっていることが明らかになってきました。

——高血圧などどうしてCKDになるのですか。
◆先ほどいいましたようにCKDは動脈硬化を反映しています。高血圧や糖尿病などは動脈硬化を引き起こす大きなリスクです。もう詳しく説明しましょう。腎臓の機能は体内の老廃物をろ過して尿を作ることで、ろ過機能を担当しているのが糸球体と呼ばれる毛細血管の塊です。成人では片方の腎臓に約100万個、左右で200万個もあるとされています。CKDは糸球体が障害を受けると大きな原因となります。糸球体の毛細血管の動脈硬化が、腎機能低下の大きな要因になるのです。生活習慣病がCKDの引き金になるのです。その他にもさまざまな原因があると考えられており、精神的に研究が進んでいます。

——どうすれば早く見つけられますか。
◆早期発見のためにはやはり健康診断の受診です。CKD初期にはほとんど症状がありません。D予防につながることをサポートしていきたくと考えています。

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKD

シリーズ 地域医療を考える

——CKDとわかれば、治療はどうするのですか。
◆CKDの重症度に応じてステージごとに分けられます。それに応じて対応していきます。基本的には腎臓の機能を低下させている原因となっている病気の治療が先決です。例えば、糖尿病が原因のCKDで自覚症状がない早期であれば、血糖値のコントロールを第一に行い、進行を抑えるようにします。ステージが進行すれば腎臓低下に伴う合併症の治療を行います。治療について大切なことがもう一点あります。継続する

——CKDとわかれば、治療を受けていても、かなり進行しないと自覚症状がないために定期的な受診や生活習慣の改善も怠りがちになります。そして、気が付いた時にはCKDの最終ステージの末期腎不全に行きついでしまうのです。

——末期腎不全になってしまったら。
◆透析療法が腎移植が必要になります。透析療法には腹膜透析と血液透析があります。それぞれの方法にはメリット・デメリットがあるため、患者様の年齢や性格、生活状

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKD

——CKDの原因にはどのような病気がありますか。
◆慢性腎炎症候群やネフロシス症候群のような腎臓病だけではなく、高血圧や糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群などの生活習慣病も大きな要因となっていることが明らかになってきました。

——高血圧などどうしてCKDになるのですか。
◆先ほどいいましたようにCKDは動脈硬化を反映しています。高血圧や糖尿病などは動脈硬化を引き起こす大きなリスクです。もう詳しく説明しましょう。腎臓の機能は体内の老廃物をろ過して尿を作ることで、ろ過機能を担当しているのが糸球体と呼ばれる毛細血管の塊です。成人では片方の腎臓に約100万個、左右で200万個もあるとされています。CKDは糸球体が障害を受けると大きな原因となります。糸球体の毛細血管の動脈硬化が、腎機能低下の大きな要因になるのです。生活習慣病がCKDの引き金になるのです。その他にもさまざまな原因があると考えられており、精神的に研究が進んでいます。

——どうすれば早く見つけられますか。
◆早期発見のためにはやはり健康診断の受診です。CKD初期にはほとんど症状がありません。D予防につながることをサポートしていきたくと考えています。

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKD

——CKDの原因にはどのような病気がありますか。
◆慢性腎炎症候群やネフロシス症候群のような腎臓病だけではなく、高血圧や糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群などの生活習慣病も大きな要因となっていることが明らかになってきました。

——高血圧などどうしてCKDになるのですか。
◆先ほどいいましたようにCKDは動脈硬化を反映しています。高血圧や糖尿病などは動脈硬化を引き起こす大きなリスクです。もう詳しく説明しましょう。腎臓の機能は体内の老廃物をろ過して尿を作ることで、ろ過機能を担当しているのが糸球体と呼ばれる毛細血管の塊です。成人では片方の腎臓に約100万個、左右で200万個もあるとされています。CKDは糸球体が障害を受けると大きな原因となります。糸球体の毛細血管の動脈硬化が、腎機能低下の大きな要因になるのです。生活習慣病がCKDの引き金になるのです。その他にもさまざまな原因があると考えられており、精神的に研究が進んでいます。

——どうすれば早く見つけられますか。
◆早期発見のためにはやはり健康診断の受診です。CKD初期にはほとんど症状がありません。D予防につながることをサポートしていきたくと考えています。

——CKDを予防するにはどうすればいいのですか。
◆CKDは多くの原因で起こります。健康診断受診者のデータから10年間で軽度のCKDになってしまったり、糖尿病、脂質異常症、肥満と喫煙です。このことから生活習慣病を予防することがCKD