

ヘルシーな健康応援ナビ



健康課
市役所内
☎23-3515 FAX 23-3810
あつみライフランド
☎33-0386 FAX 33-0319

あなたの腎臓、大丈夫？

腎臓は、血液をろ過して、身体に必要なものを再吸収し、不要な老廃物を尿として排出するとても重要な働きをします。

腎機能は、誰でも年齢を重ねるとともに低下していきますが、それに加えていろいろな病気が原因で腎臓の働きが弱まります。

◆メタボの人は特に注意！

高血圧や糖尿病、肥満、喫煙などは、腎臓の中の血管に負担をかけるので腎機能を悪化させます。放置すれば、腎不全(腎臓が十分に働かない状態)へと進行し、人工透析が必要になります。

血液検査
eGFR 60未満

尿検査
尿タンパク 検査陽性(+) 以上



2つのうちどちらか、または両方に当てはまり、3カ月以上状態が続くと…

慢性腎臓病 (CKD)

と呼ばれ、
進行すると腎不全の危険があります！

慢性腎臓病は、初期には自覚症状がほとんどありません。早期に発見して治療すれば回復しますが、気づかず放置して悪化させてしまうと、腎臓は元の状態には戻りません。手遅れにならないために、自分の腎臓の働きを確認しましょう。腎臓の働きは健診などの血液検査や尿検査で確認することができます。

●血液検査
血液中のクレアチニン値を測定し、その値からeGFR(イージーエフアー)を算出します。

◆腎臓の状態を確認しよう！
慢性腎臓病は、初期には自覚症状がほとんどありません。早期に発見して治療すれば回復しますが、気づかず放置して悪化させてしまうと、腎臓は元の状態には戻りません。手遅れにならないために、自分の腎臓の働きを確認しましょう。腎臓の働きは健診などの血液検査や尿検査で確認することができます。

◆eGFR値と尿タンパク検査の判定と対応

2つの検査の組み合わせにより、腎機能がどんなレベルなのか判断します。

	尿タンパク(-)	尿タンパク(±)	尿タンパク陽性(1+以上)		
異常 ↑ eGFR 45未満	すぐに医療機関を受診してください				
eGFR 45以上60未満				生活習慣を改善しましょう ※①	生活習慣を改善しましょう ※①②
正常 ↓ eGFR 60以上				今後も健診によるチェックを続けてください	

※①40歳未満の人は医療機関を受診してください。同年齢に比べて腎機能が低下している恐れがあります。
※②高血圧や高血糖(糖尿病)などがあり、尿タンパク(±)が続く場合は、医療機関で検査を受けてください。

腎臓がどのぐらい機能しているかを推定します。

●尿検査
尿タンパクが陽性であると腎機能の低下が疑われます。

健診を受診された方は、健診結果表を確認してみてください。

●休日当直医

※当直医は変更になる場合がありますので、市役所へご確認の上、受診してください。市役所 ☎22-1111(代表) また、各医療機関へ電話で受診方法を確認した後、受診してください

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
2月5日(日)	朽名医院	☎33-0162	2月19日(日)	第2国見医院	☎23-2302
	ふくい眼科	☎22-5878		あおきファミリー歯科	☎32-2700
	かわさき整形外科クリニック	☎22-7700	2月23日(木・祝)	おかだクリニック	☎37-0001
	田原歯科クリニック	☎23-1626		すずき歯科	☎23-0033
2月11日(土・祝)	国見医院	☎22-0756	2月26日(日)	富永医院	☎23-1316
	きたま眼科	☎23-1092		渡辺歯科医院	☎32-3561
	さんくろう歯科クリニック	☎33-1184	3月5日(日)	ふれあいばし診療所	☎29-2500
2月12日(日)	藤岡医院	☎32-1515		山内歯科医院	☎23-1525
	おおかわ歯科	☎22-4182			

診療時間 内科 ● 9:00~17:00 / 歯科 ● 9:00~12:00 診療時間以外は 渥美病院 ● ☎22-2131 お問い合わせの上、受診してください