

なるほど 健康講座

佐伯地区医師会 双樹クリニック

なが い たく お

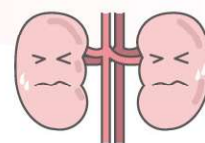
永井 巧雄先生

〒 健康福祉総務課 ☎ 1610



腎臓を守りましょう

～小さな積み重ねが大切です～



■ 腎臓の役割

腎臓は、何をするとおもうか。心臓や脳など他の臓器と異なり、あまりなじみのない臓器かなと思います。簡単に言えば、体の不要となった老廃物を尿として捨てる臓器です。ということは、尿を検査したら腎臓の病気がどうか分かるということです。

■ 尿検査で分かること

そこで皆さんもなじみのある検査の登場です。学校や健康診断で実施する尿検査です。採尿容器に入れて提出する検査で、これはまさに「腎臓病発見機」です。

尿検査では、蛋白尿、尿潜血、尿糖などを簡易に測定し、陽性・陰性を判定します。この簡易判定で陽性が出た場合は、腎臓病の疑いがあります。

■ 腎臓病の種類

こういった腎臓病があるかという、

- ① 糖尿病由来の腎臓病
- ② 腎臓自体に炎症を起こしている腎炎
- ③ 高血圧由来の腎臓病

大きく分けて、この3つに分類され、腎炎であればさらに細分化していきます。この腎臓病を知る第一歩が尿検査なので、異常があれば腎臓内科を受診することをお勧めします。そこで、明らかに腎炎の可能性を示唆された場合に、専門の医療機関で腎生検が行われます。そこから診断、治療となります。

■ 腎臓の働きを守るために

腎臓は一度強い障害を受けると元には戻りません。最終的に腎臓が破綻したときには、透析療法を行うことになります。そのため、今残っている腎臓の働きを守り、これ以上悪くしないようにすることが治療の中心です。

治療は薬だけでなく、食事や生活習慣の工夫がとても大切です。そのため、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、家族が協力するチーム医療で腎臓を守っていきます。小さな積み重ねが、腎臓を長く保つ力になります。

大事なのは「早期発見」「早期治療」。まさにこの言葉に尽きるとおもう。まずは、定期的な健康診断で尿検査を受け、異常があればすぐに腎臓専門医を受診することを頭に入れておいてください。

