

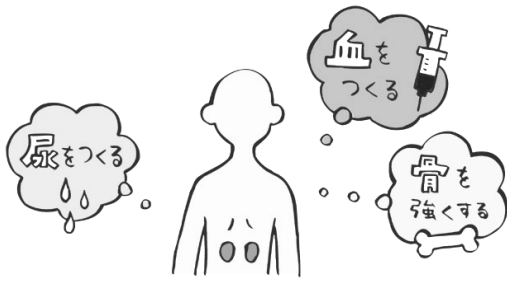
発行人：曾山 信彦
兵庫県淡路市志筑1391-9
Tel: 0799-62-5566
http://www.h6.dion.ne.jp/~soyama

ふれあい曾山医院

ふせむじり腎臓病

大切という意味の「肝腎」は肝臓や腎臓が体にとって大切なものであることからきています。今回はそのうちの腎臓についてのお話です。

腎臓は腰の上の辺りに左右一つずつあり、血液をろ過して尿をつくり、体内の老廃物を排泄する臓器です。また、体内の水分が多い時に尿量を増やして水分量を一定にしたり、ホルモンを分泌して血圧をコントロールした



り血液をつくったりもしています。

その機能に障害が起きた状態が腎臓病であり発症が三カ月以内かどうかで、**急性腎臓病**(原因…出血や脱水、炎症、中毒など)と**慢性腎不全**(原因…高齢、慢性的な腎炎、糖尿病や高血圧の合併症など)に分けられます。

自覚症状はむくみや貧血、だるさ、食欲低下、動悸などですが、慢性腎不全の場合、腎臓の障害が起きてもすぐに自覚症状が現れないため無自覚なまま病状が進行し、命にかかわる腎不全に進んでし



まうことがあります。

そうなると人工的に血液をろ過する「透析療法」が不可欠となってしまう。最近では透析患者さんの五割以上が糖尿病や高血圧の合併症が原因で、年々増加しているため、慢性腎臓病の早期発見・治療が重要視されています。

早期発見するためには、定期的な尿検査を行うことが大切です。特に糖尿病や高血圧、脂質異常症、尿路の病気、肥満、六十歳以上、消炎鎮痛薬を常用など

に該当する方は要注意です。尿検査では「たん白尿」が重要なサインとなります。本来たん白質は体にとって必要な栄養素のため腎臓でろ過されず、尿に流れ出ることがないからです。検査としては他に血液検査や超音波などが行われます。

治療の基本は食事と薬でたん白尿を抑え、血圧をコントロールしていきます。食事はたん白質と塩分の摂取を控えます。病気が進行すると、カリウム(生野菜、果物)や水分制限も加わってきます。薬は



降圧剤を内服することで、血圧をコントロールし、腎臓の負担を軽減させます。もちろん原疾患の治療(糖尿病の方は血糖をコントロールする等)や肥満の改善、禁煙も大切です。

最後に、尿の異常は自分でもチェックできます。普段から尿を観察する習慣をつけ、色や泡立ちなど異常がありましたら直ちにご相談ください。(看護師・岡崎博子)

今回の題字は、読者の方にお書きいただきました。