



# CKDを

## 慢性腎臓病

Chronic

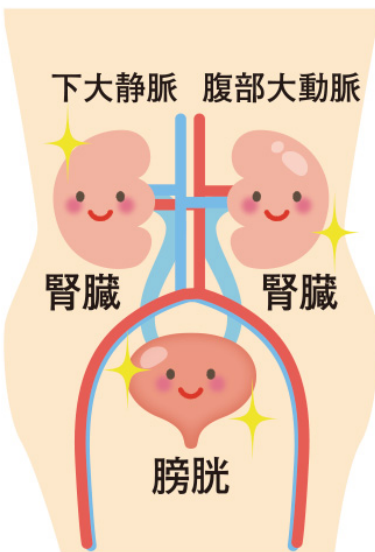
Kidney

Disease

# 予防しよう

**慢性腎臓病 (CKD) は新たな国民病  
と言えるほど患者数が増えています。**

腎臓は背中側の腰のあたりに2個ある、そら豆のような形で、重さは1個約150gと比較的小さな臓器です。ところが心臓から送り出される血液の4分の1が流れ込んでおり、生命活動や健康維持にとっても大切な役割を果たしています。そのため腎臓の機能が低下するとさまざまな不調や病気を引き起こしてしまいます。



### CKD になりやすい人、こんな人は要注意

- |              |                |                      |                 |                 |              |             |
|--------------|----------------|----------------------|-----------------|-----------------|--------------|-------------|
| 暴飲暴食をしている人   | たばこを吸っている人     | 全然運動をしていない人          | 尿検査でタンパク尿が出ている人 | 尿の色が濃かったり泡立つ人   | 夜に何回もトイレに行く人 | 顔色が悪いと言われる人 |
| 不規則な生活をしている人 | 過度なストレスを感じている人 | 健康診断で蛋白尿が見つかったことがある人 | むくみがひどい人        | 貧血や立ちくらみがよく起こる人 | 疲れやすく常にだるい人  | 息が切れやすい人    |

**放置すると透析や腎移植が必要となってしまうことがあります**

**これらの症状があてはまる人はCKDの可能性が  
あります。早めに病院に行って適切な検査を受けましょう。**

腎機能が低下した患者さんのお薬手帳の表紙にCKD\*シールを貼付しています。  
検査値を確認 eGFRが45未満に低下した場合、患者さんに同意を得てCKDシールをお薬手帳に貼付します。

推算糸球体濾過量 (eGFR) 腎臓にどれくらい老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示しており、この値が低いほど腎臓の働きが悪いということになります。eGFRは血清クレアチニン値と年齢と性別から計算できます。血清クレアチニン値は健康診断でも測定することがあるので、健診結果を確認してみましょう。

釧路市地域医療協議会 釧路市医師会 釧路歯科医師会 釧路薬剤師会 北海道看護協会釧路支部  
北海道栄養士会釧路支部 釧路市子ども保健部 (健康推進課・国民健康保険課)

お問合せ先

釧路市子ども保健部 健康推進課  
電話 0154-31-4524  
FAX 0154-31-4601

一般社団法人 釧路市医師会  
電話 0154-41-3626  
FAX 0154-41-1116