

健康と病気の
豆知識



糖尿病性腎症

内科 医長 北尾 直之

腎臓は、腰のあたりに左右一対ある握り拳くらいの大きさの臓器です。血液から尿を作り、老廃物を体の外に出す役割を持ちますが、それ以外にも、血圧の調整や血液を作る手助けをするホルモンを生成したり、骨を丈夫にするなど、さまざまな働きがあります。

多様な原因により、時間をかけて腎臓の働きが悪くなった状態を慢性腎不全と言います。その原因としては、糖尿病、高血圧、腎炎の3つが約8割を占めており、その中で最も多いのが糖尿病で全体の約4割を占めています。

糖尿病によって腎臓の働きが悪くなることを「糖尿病性腎症」と言います。糖尿病性腎症は、糖尿病発症後も無治療のままだと5～10年の経過で発症すると言われています。むくみなどの体の症状を自覚するのはさらに進行してからなので、検査をしなければ早期に発見することは不可能です。糖尿病性腎症の初期には「アルブミン」という物質が尿に出てきます。その後、「たんぱく尿」が出てきて、腎臓の働きが悪くなっていきます。腎臓の働きについては「クレアチニン」や「eGFR」といった採血項目で評価することが多いです。

糖尿病性腎症における治療には血糖管理、血圧管理、蛋白質制限食が重要とされています。そのほか、肥満、

悪玉コレステロール、喫煙、過度の飲酒も腎症の悪化の要因とされており、あわせて改善していくことが望まれます。また、食事や運動などでの改善が難しい場合は、必要に応じて薬による治療も行われます。

腎臓がほとんど働いていない末期腎不全になると、体に老廃物がたまり、だるさ、頭痛、吐き気、息苦しさ、むくみなどといった「尿毒症」と呼ばれる症状や、貧血、骨粗しょう症なども起きてきます。そうして働かなくなった腎臓の代わりに透析療法や腎移植を行う必要がでてきてしまいます。

2016年に厚生労働省から「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」が公開され、国を挙げて糖尿病による透析導入を予防する取り組みが始まっています。糖尿病患者さんは非常に多いため、現時点ではこのプログラムによる治療ができる対象患者さんは一部に限られていますが、医師の診察だけでなく、看護師や栄養士など多職種が連携し、腎症を予防するための食事や生活面での改善点などさまざまなことを外来で相談し、アドバイスを受けることができます。

糖尿病はいろいろな臓器に影響する病気です。採血や尿検査を受ける際は血糖値だけでなく、尿蛋白や腎臓の値も気にしながら結果を確認してみてください。

8月の救急医療機関

	外科休日当番医 (8:30～翌8:30)	歯科休日当番医 (9:00～12:00)	電話番号	住所
4日(日)	滝川脳神経外科	啓南歯科医院	0125-24-1020	滝川市中島町4丁目1-1
11日(日)	滝川脳神経外科	近藤歯科医院	0164-35-2538	沼田町本通3丁目4-3
12日(月)	市立病院	あさひ歯科クリニック	0125-22-0033	滝川市朝日町西1丁目6-1
18日(日)	滝川脳神経外科	小西歯科医院	0124-23-0102	芦別市北2条西1丁目6-5
25日(日)	市立病院	スマイル歯科	0125-74-5028	滝川市本町2丁目4-25

※市立病院…Tel 22-4311/ 大町2丁目2-34 滝川脳神経外科…Tel 22-0250/ 西町1丁目2-5
休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます(8:30～翌8:30)。

平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル(Tel 22-2299)でお知らせします。