

広告

企画・制作：
(株)読売広告西部

大分大学医学部内分泌代謝・膠原病・腎臓内科学講座
学内講師
福長 直也



大分大学 医学部 内分泌代謝・膠原病・腎臓内科学講座 学内講師
2000年大分医科大学(現大分大学医学部)卒業
2013年大分大学医学部博士課程修了、医学博士
2020年から現職

世界腎臓デーとは？

「世界腎臓デー(World Kidney Day)」は腎臓病の早期発見と治療の重要性を啓発する国際的な取り組みとして、2006年より国際腎臓学会(ISN)と腎臓財団国際協会(IFKF)によって開始されました。毎年3月の第2木曜日に実施され、世界各地でイベントが開催されています。2021年は3月11日に当たります。大分県でもこれまでに世界腎臓デーに合わせて市民講座などの活動を行ってまいりましたが、今年に残念ながらコロナ禍のため集会イベントなどは開催できず早く終息を願っております。

新たな国民病ともいわれるCKDとは？

CKD(Chronic Kidney Disease、慢性腎臓病)とは、1腎臓の機能の低下、2検尿異常(主に蛋白尿)、この2つのどちらか、或いはその両方が3か月以上持続する状態を指します。現在わが国では約1330万人、8人に1人がCKDです。CKDが持続し、腎機能が低下しますと将来腎不全を来し、全身のむくみや倦怠感などの症状が出現し、透析療法などの治療が必要となります。またCKDはそのステージが進行するにつれて、透析療法が必要になる前のステージでもCKDがない方と比べると、虚血性心臓病や脳卒中などの心血管疾患にかかりやすいことも分かっています。CKDの原因としては、糖尿病と高血圧症は特に

世界腎臓デーを迎えて 今こそ、慢性腎臓病に向き合う

国民の8人にひとりが罹患するといわれるCKDだが、いまだにこの病気のことを知らない人も多いという。今回は大分大学医学部の柴田洋孝先生と福長直也先生に、CKDという病気についてお話を伺い定期的な健診で早期発見・早期治療の大切さを一人でも多くの方に届けたい。

大分大学学長特命補佐(大学改革、戦略ビジョン担当)
大分大学医学部内分泌代謝・膠原病・腎臓内科学講座教授
大分大学医学部附属病院血液浄化センターセンター長
柴田 洋孝



大分大学医学部 内分泌代謝・膠原病・腎臓内科学講座教授
同医学部附属病院血液浄化センターセンター長
1988年、慶應義塾大学医学部卒業
92年、同大学医学研究科博士課程修了、医学博士
2000年、同保健管理センター専任講師
07年、同医学部腎臓内分泌代謝内科専任講師などを経て13年から現職

CKD(慢性腎臓病)は現在約1330万人、8人に1人の割合

重要で、肥満や喫煙とCKDの関連も知られています。

CKDと新型コロナウイルス感染症の関連

猛威を奮っている新型コロナウイルス感染に関しては、高齢者や基礎疾患(CKD・慢性閉塞性肺疾患・糖尿病・高血圧・脳血管疾患・肥満を持つ人においては重症化リスクが高いことが分かっています。したがって、新型コロナウイルスの対策としては、標準的な感染予防策の徹底とともに、糖尿病や高血圧症などの治療を中断せずに、悪化を予防し、新たな重症化リスクが生じないように生活習慣をしっかりと修正することが重要です。またこれまでの報告により新型コロナウイルス感染の経過中に急性腎障害を合併することが生命予後と有意に関連することが分かっています。今こそCKDにしっかりと向き合うことが大切です。

昨今の状況下でのCKDとの向き合い方

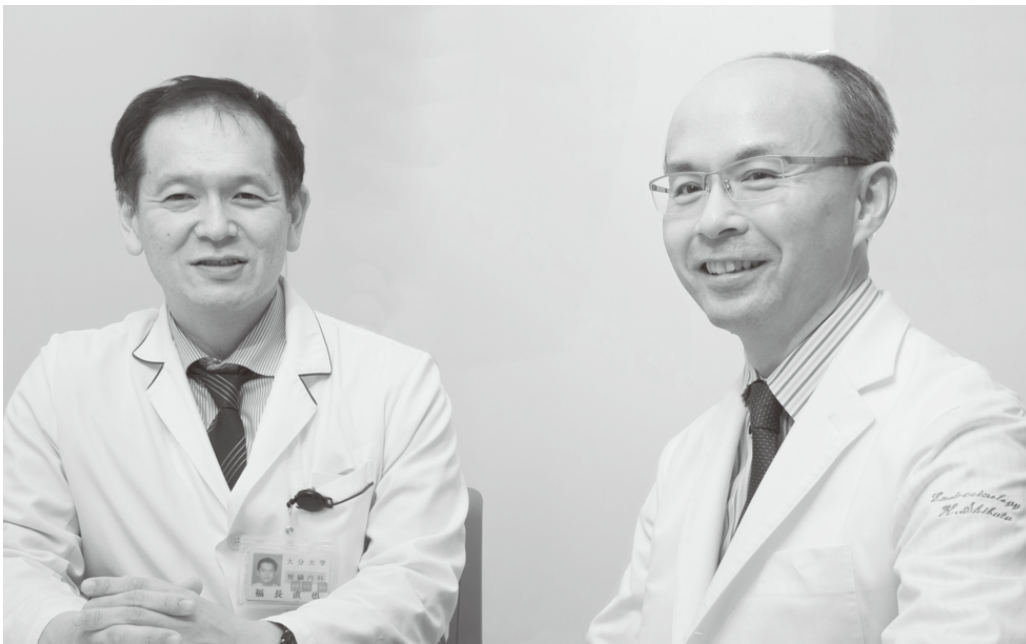
医療機関への受診の際、他人と接触する不安から受診が減り、適切な検査や治療が受けられない場合も増えています。しかしコロナ感染への対策も少しずつ分かってきており、医療機関もしっかり対策するようになってきました。医療機関に勧められた受診はなるべく行いましょう。医療機関によっては電話診察なども行っており医療機関への受診をしなくても処方を受けられる場合もありますので、そういうものも活用しながら投薬中断となることは絶対に避けて頂きたいと思います。

ステイホームが推奨される中、運動の機会が減っている方も多いかと思いますが、ただし、他人との接触を避けた状態で可能な運動もあります。屋外でのウォーキングや自宅内での筋肉トレーニングなど、個人の状況に合わせ可能な限りの運動を行ってください。

予防法・最新の治療法など

糖尿病で腎臓のはたらきが低下する糖尿病性腎臓病の治療の基本は、血圧、血糖、脂質の1つ1つをしっかりと目標値までコントロールする治療が大切です。これには、食事療法、運動療法などの

生活習慣の修正が大切です。しかし、これらの管理を厳格に行っても、腎機能低下のリスクは残っており(残余リスク)、それに歯止めをかける有効な治療法が今まではありませんでした。そのような中で、最近では腎機能の進行を抑制する可能性がある治療薬ができました。糖尿病治療薬のSGLT2阻害薬やGLP-1受容体作動薬は血糖低下作用の他に、体重減少、血圧低下や糖尿病性腎臓病や心不全の進行を抑制するはたらきが証明されました。また、今後使われるようになる新しい降圧薬のMR拮抗薬には糖尿病性腎臓病の進行を抑制するはたらきが証明されました。これらの新しい薬を用いることで腎機能の低下が今までより防げるようになることが期待されます。



早期発見 早期治療の重要性について

腎臓は沈黙の臓器とも呼ばれ、腎不全が進行するまでは明らかな症状が出ないことが多いです。ただ腎不全の状態が治療となりますと選択肢も狭くなり治療も難しくなります。そういう意味でも腎機能が低下する前に早期発見・早期治療を行い、腎不全への進行を予防することはとても重要です。健診受診の際の尿検査、および血液検査によってご自身のCKDの有無を早期に発見することが出来ます。是非積極的に健康診断の受診を行い、ご自身の腎機能を定期的に把握するように心がけていただきます。