

慢性腎臓病

慢性腎臓病はいろいろある慢性の腎臓病の総称です。

人工透析患者の増加、過去30年間にわたり毎年約1万人ずつ増え続けてます。

増加の原因には糖尿病の合併症である**糖尿病性腎症**や、**高血圧症**が要因の腎硬化症などが
増えていることだと言われています。

また、この慢性腎臓病は心血管疾患のリスクもあると言われていて透析する前に
心血管疾患で命を失う人は少なくありません。

この病気と診断されるのは

- ・尿検査などの結果、腎臓に明らかな障害がある。
- ・腎臓のろ過機能が6割以下に低下している。

という2つの条件に該当しているかまたは3ヶ月以上続く場合です。

しかし、この病気ははっきりとした自覚症状がほとんどありません。

職場や自治体の健診で**タンパク尿**や**血清クレアチニン値**に問題があると言われたら
きちんと再検査を受け治療をしましょう。

慢性腎臓病にならないためには

- ・適度な運動
- ・禁煙
- ・節酒
- ・睡眠不足の解消
- ・塩分控えめな食事

を心がけていきましょう。

もし、異常があったとしても早期発見、早期治療をしていきましょう！

