

ご近所のお医者さん

□
746
□

東香里病院長 三上聡司さん 一枚方市

慢性腎不全とは

「沈黙の臓器」という言葉を耳にしたことはありませんか？ その一つが腎臓です。腎臓は、血液をろ過し、老廃物を尿として排出する重要な役割を担っています。そのほかにも、私たちの健康状態を維持するために重要な複

数の機能を

持っています。しかし、

腎臓の機能が

が低下し、老廃物や水分を十分に排せつできなくなる慢性腎不全になると、全身の健康に大きな影響を及ぼします。

慢性腎不全では、腎機能の著しい低



体の変化を放置しない

下により尿毒症を引き起こします。症状として、倦怠感、食欲低下、吐き気、体臭や口臭の変化、全身のかゆみ、眠気、意識低下などが挙げられます。しかし、上記の症状が出た時には病気がかなり進行していることが多いため、

機関を受診してください。
慢性腎不全の原因はさまざまですが、ここ十数年は糖尿病や高血圧症に起因する二次性の腎臓病が増えています。ですので、生活習慣病の予防や治療も腎臓をいたわるうえで非常に大切ということを理解いただけるのではないのでしょうか。

慢性腎不全の治療方法はいくつかあり、特に大

り、特に大切なことが「腎臓の仕事量を減ら

早期発見には腎臓が出すサインを見逃さないことが大切です。

慢性腎不全の進行は緩やかですが、

検尿異常や血圧の上昇といったサイン

は早期から現れます。これらは学校や

会社、自治体の健診項目に含まれてい

ますので、腎臓の異変を見逃さないた

めにも積極的に健診を受けていただき

たいです。また、腎臓だけでなく、健

診で異常を指摘されたら「大したこと

はないだろう」と放置せず、ぜひ医療

「ことです。腎臓は体内の不要なものを捨てるのが主な仕事ですので、不要なものがなるべく出ないような体づくり、特に効果の高い「食事制限」が鍵になります。制限の内容は年齢や生活環境によって異なりますので、医療機関で管理栄養士による指導を受けることをお勧めします。生活習慣病の予防と健診。この積み重ねが腎臓を守る第一歩となるのです。

(府医師会広報委員会委員)