

医療「シラム」 国保でわかる！健康安心！

ちよこちゃんになるCKDの話

獨協医科大学 准教授 種市 ひろみ

略語が多くて困ります

「CKD」ってなんでしょ。この頃、略語が多くて、それって何？と日々戸惑う私です。業界によって、ずいぶん略語の意味が違ってきます。「CM」は放送業界ではコマーシャル、介護保険業界では介護支援専門員（ケアマネージャー）です。では、「CKD」はというと医療業界では「慢性腎臓病」のことを指します。2年ほど前の栃木県民の認識調査では、CKDの意味を知っている方は5%程度でした。しかし、ここ数年マスコミでも話題になっていたので、ご存知の方が増えたのではないのでしょうか。詳しい説明は省きますが、CKDとは、尿中に蛋白が出てしまうような腎障害や腎機能障害（検査値で判断）の一方あるいは両方が3か月以上持続する状態を指します。

CKDが重要視される理由
日本人成人の13%がCKD

医療費に占める各疾患の費用額の割合

病名	下野市	栃木県
糖尿病	4.22%	4.26%
脂質異常症	2.40%	2.34%
高血圧性疾患	7.80%	8.44%
虚血性心疾患等	4.04%	6.33%
脳梗塞	4.85%	4.43%
その他の脳疾患	2.82%	2.63%
動脈硬化	0.68%	0.25%
肝疾患	0.29%	0.35%
腎不全	8.24%	6.22%
骨粗鬆症等	0.72%	0.65%
歯肉炎および歯周疾患	3.69%	3.42%

平成26年国民健康保険医療費データより

尿検査で所見があった方の割合

	男性	女性
下野市	6.03% (6位)	2.85% (12位)
	265人	125人
栃木県	5.63%	3.96%

尿蛋白±以上 ()は県内25市町中の順位

患者だといわれていまして、決して珍しい病気ではありませんし、放置することなく早期に発見、対処すれば、末期腎不全に至ることを防ぐことができます。

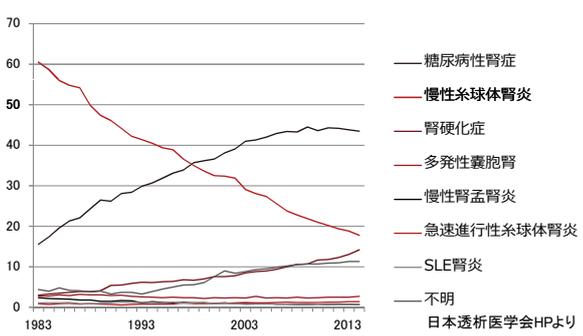
健診後の大事なこと

是非、健診に出かけてください。さらに大事なことは、健診で指摘されたら、きちんとかかりつけ医に相談してください。実は、かなりの割合で受診していない、治療を中断している方が多いことがわかっています。異常が出たのは、徹夜したせいだとか、飲みすぎたせいだとか自分勝手に考えているようです。せっかく早期発見というチャンスをつかんだのです。そのチャンスを活かしてくださいね。

市の医療費から

市の医療費のデータをみると、実は腎不全による医療費が県と比べて2%程度高くなっています。腎不全の原因は様々ですが、全国的に腎不全になり人工透析を必要とする方が増えています。日本透析医学会では、その原因となる疾患を調査しました。その結果は、グラフに示したように、糖尿病を原因とする人工透析の方が急激に増えていきました。しかし、糖尿病だけではなく、高血圧などの生活習慣病も腎不全と強い関わりがあることがわかっていきます。生活習慣の改善で、透析で大変な思い

透析導入患者の主要原疾患の割合推移



腎臓はマルチプレヤー

今年も暑かったですね。大汗かきながら脱水や熱中症予防のために、水分をたくさん取られた方も多いことでしょう。そんな時、腎臓は大活躍。体の中のいらぬものを出して、必要なものをちゃんと体に戻してくれます。それだけではありません。血圧の調整や、血液をつくるためのホルモンを分泌したり、骨の発育にも一役買っています。つまり、腎臓を大切にすることは、より健やかな毎日を過ごす秘訣なのです。

そのためにまずは、毎年の健診受診を忘れずに。

参考文献

日本腎臓学会「CKDの診断と意義」
日本透析医学会「慢性透析患者に関する基礎集計」