



CKD (慢性腎臓病) 教育入院



産業医 田名 毅
(首里城下町クリニック)

～未来の自分のために 今の自分ができること～

産業医だよりでは、毎月クリニックで行っている 地域むけ医療講演会の内容を要約してお伝えしています。11月の地域むけ医療講演会は「CKD (慢性腎臓病) 教育入院～未来の自分のために 今の自分ができること～」というタイトルで那覇市立病院の腎臓内科科部長 糸数昌悦 先生にご講演いただきました。講演の要旨を紹介します。

1、腎臓の位置とはたらき



腎臓は背中側の腰の少し上あたりに位置しており、左右1つずつあります。形はそら豆のような感じで、重さは約150gくらいです。だいたい大人の握りこぶしくらいの大きさです。



腎臓の皮質と言われる部分に100万個のネフロン(糸球体、尿細管などからなる)があり、その糸球体一つひとつの血管をろ過して尿を作ります。それが集められ膀胱にたまり、尿として排泄されます。内科的に腎臓が悪くなるということは、糖尿病や腎炎、高血圧などが原因で傷ついた血管がろ過する際に、通常は漏らしてはいけないタンパクを漏らし尿中に出してしまったり、逆にろ過する目が詰まり排出したい毒素が血液中に溜まる状態をいいます。

この腎臓の働きが悪くなるとどのようなことが起きるのでしょうか？

腎臓の機能が健康な状態の15%未満になってしまうと、末期腎不全という状態になり、尿毒症という様々な症状(食欲不振、倦怠感、皮膚掻痒など)が出てくるようになります。このようになった場合、現在は3つの腎代替療法があります。①腹膜透析:おなかの腹膜内にチューブを挿入して、それを通して透析液を入れたり、出したりする方法です。腹膜がもっている透析作用を利用した治療方法です。②血液透析:腕の太い血管に脱血用の針を刺して血液を身体の外にだしダイアライザという中空糸が束になったフィルタに通します。透析液と濾過の原理を利用して物質交換を行い血液を浄化しきれいになった血液を返血用の針を使って身体に戻す治療です。③腎移植:臓器提供された腎臓もしくは身内からもらった腎臓を、右の鼠径部に埋め込む治療です。腎臓は1個で2個分の働きをすることができます。ここまでお話を聞くと、どうしたら末期腎不全にならなくて済むのか真剣に考えてもらえると思います。

2、CKDの定義と進行の程度

腎臓が悪くなったことを早めに察知し、その後の腎臓病の悪化のスピードを遅らせるのが治療の目的になります。今、国は社会を上げCKD(慢性腎臓病)の啓発に取り組んでいます。進行の重症度は分類表をみますが、**タンパク尿が多いほど(-<±<+<2+<3+危険)将来的に腎臓が悪くなる危険性が高いことが分かっています。**CKD(慢性腎臓病)啓発の重要性は、その頻度が日本の人口の約1/8であること。糖尿病、高血圧が背景因子となって発症することが多いこと。この病気があると心血管疾患のリスクも高くなること。などが指摘されています。

この病気の初期は自覚症状が乏しいので、健康診断を受けないと見つからないことがほとんどです。皆さんが毎年受けている健康診断は大変重要なのです。

CKD:CHRONIC KIDNEY DISEASE (慢性腎臓病)

CKDとは? 下記のいずれか、または両方が3ヵ月以上続いている状態。

- ◆腎障害
たんぱく尿(微量アルブミン尿を含む)などの尿異常、画像診断や血液検査、病理所見で腎障害が明らかである状態
- ◆腎機能の低下
血清クレアチニン値をもとに推算した糸球体濾過量(eGFR)が60mL/分/1.73m²未満の状態



(日本腎臓学会編「CKD診療ガイド」2007より)

3、CKDの取り組み …那覇市の場合

那覇市ではCKDによる腎不全の発症、血液透析などを受ける人を一人でも減らしたいという思いから、3年前から那覇市CKD病診連携システムを立ち上げています。私(産業医)もその立ち上げの一人です。その中で、今年4月から那覇市立病院がCKD(慢性腎臓病)教育入院を始めました。この入院の目的は、CKDの重症化を予防し、腎機能を維持し、透析を必要としない生活が送れること、心血管疾患および脳血管疾患の発症や進展を抑制することにあります。そして、その目標は、患者さんがCKDの基本的な知識を習得し、自身の現状を把握して終生にわたるCKDの診療に前向きに関わっていただけるようになることです。



CKD(慢性腎臓病)教育入院

- 1週間の**CKD(慢性腎臓病)教育入院**が、将来の透析導入を回避、もしくは遅らせる可能性があるのであれば、それは将来のかけがえない時間を得ることにならないでしょうか。
- **未来の自分のために、今の自分ができることを。**
- **CKD(慢性腎臓病)教育入院はその手助けになると考えています。**

那覇市立病院が今回のシステムの参考にした、近江八幡病院の八田先生の報告によると腎機能の悪化のスピードが入院前後で大幅に変わったとのことでした。

入院期間:水曜日~火曜日(1週間)

土・日は外泊(自宅へ帰ります)

入院中の検査:採血・検尿・エコー・ABI・蓄尿

曜日	タイトル	担当
水曜日	慢性腎臓病について①	医師
	検査のみかた	検査技師
木曜日	食事について	栄養士
	運動について	理学療法士
金曜日	透析療法について	透析看護師
	臨床工学士	臨床工学士
土・日	保存期の生活について	看護師
月曜日	慢性腎臓病について②	医師
	お薬について	薬剤師
	…外泊中…	

CKD教室の内容です!





184回 首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

テーマ かかりつけ医による健康管理の重要性

医療法人 麻の会 首里城下町クリニック第一

院長 田名 毅 (産業医)

日時：平成31年1月9日(水)午後7時

場所：首里城下町クリニック第一 2F

その他クリニックに関してはHPをご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック『働く人健康支援室』は、



産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの **相談窓口** です！

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

- ★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。
- ★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。
事前にお電話の上、いらしてください。
- ★クリニック内で産業医との面談は診療の合間となりますが可能です。
事前にお電話くださり働く人健康支援室で“産業医との面談”とお声掛けください。診察や検査の必要がない限りは無料です。
- ★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
認定産業看護師 **田名 彩子**



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
與儀 雅代



認定産業看護師
山城 愛子



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000
携帯 080-4312-9200 (田名彩子)
メール saiko@biscuit.ocn.ne.jp

プライバシーは守ります。
お気軽にご利用下さい！