

たんぱく尿と推算糸球体ろ過量で腎機能をチェック

たんぱく尿の区分		たんぱく尿検査の結果		
		A1	A2	A3
糖尿病がない場合 たんぱく尿の状態		正常	軽度 たんぱく尿	高度 たんぱく尿
糖尿病がある場合 尿アルブミンの状態		正常	微量 アルブミン尿	顕性 アルブミン尿

eGFR値	ステージ	90以上		
	G1	89～60		
	G2	59～45		
	G3a	44～30		
	G3b	29～15		
	G4	15未満		

正常	軽度の慢性腎臓病	中等度の慢性腎臓病	高度の慢性腎臓病
----	----------	-----------	----------

たんぱく尿検査と血清クレアチニン値から分かる推算糸球体ろ過量(eGFR値)で、腎機能の状態は6段階に判定できる 『CKD診療ガイド2012』をもとに作成

透析導入の最多疾患は糖尿病で 高齢者は細動脈・毛細血管の 障害による腎硬化化症にも注意

富田公夫 東名厚木病院名誉院長、慢性腎臓病研究所所長

「沈黙の臓器」である腎臓は自覚症状なく機能低下が進行し早期発見・治療が大切

慢性腎臓病（CKD）の進行を防ぐには、なによりも早期発見が大切です。ところが、慢性腎臓病は自覚症状が起これにくいことで知られ、体調不良を感じた時にはすでに病期が進んで深刻な状態にまで悪化していることが少なくありません。そのような背景から、腎臓は「沈黙の臓器」とも呼ばれています。異変を早期発見するためにも、年に一度は健康診断を受けるようにしましょう。

①尿検査でたんぱく1十以上、

慢性腎臓病と診断されるのは、次の①②のいずれか、または両方が三ヶ月以上続いた場合です。

①尿検査でたんぱく1十以上、

血尿、血液検査、画像などで
の異常所見
②糸球体ろ過量（GFR）が六〇未満



糸球体ろ過量とは、一分間にすべての糸球体によってろ過される血清量のことです。血清とは、血液中の血球成分である赤血球や白血球、血小板、たんぱく質を除いた液体成分を指します。糸球体ろ過量（GFR）の数値を調べるには、血清クレアチニン値をもとに推測する計算法を用いての、推算糸球体ろ過量（eGFR）が簡便でよく使われます。

腎機能の程度を示す指標の一つであるクレアチニン値は、筋肉中の成分が代謝されてできる代謝産物の一つ（クレアチニン）の量を測ることで分かります。体にとって不要な物質であるクレアチニンはたんぱく質とは異なり、常に一定の量が尿に排泄されています。クレアチニンを指標として用い、どの程度血清がろ過されているかを示す値が糸球体ろ過量です。

「腎硬化症」です。

高血圧が悪化させる
動脈硬化は毛細血管の
血流不足を引き起こし
腎機能の低下を招く

日本透析医学会が発表した『わが国の慢性透析療法の現況』によると、人工透析を受けている日本国内の患者数は、二〇二〇年の時点でおよそ三万七〇〇〇人

腎硬化症は、細い血管（細動脈）の老化によって引き起こされる慢性腎臓病の一つです。細動脈は糸球体を構成する毛細血管に血液を送っている血管で、高血圧の負荷が毛細血管にかからないように血圧を調整する働きがあります。

ところが、加齢などによって細動脈に動脈硬化が起これると、細動脈の柔軟性が失われ、内腔が狭くなって毛細血管に血液を送る際の圧力（血圧）が低下し、毛細血管の末端まで血液が十分に届かなくなります。その結果、糸球体で酸素や栄養が不足して、腎臓の機能低下を招いてしまう

腎硬化症は、糖尿病性腎症など、ほかの慢性腎臓病と合併することが少なくありません。早期発見・早期治療を行うとともに、禁煙や減塩を中心とした食事療法に取り組んで動脈硬化の進行予防に努めるようにしましょう。

さらに、動脈硬化の予防には運動も大切です。正しい運動の実践は、慢性腎臓病の患者さんにとって重大な合併症の一つといえる脳卒中や心筋梗塞などの脳・心血管障害の予防に役立ちます。適切な運動習慣を毎日の生活に取り入れて、腎機能の維持に努めてください。