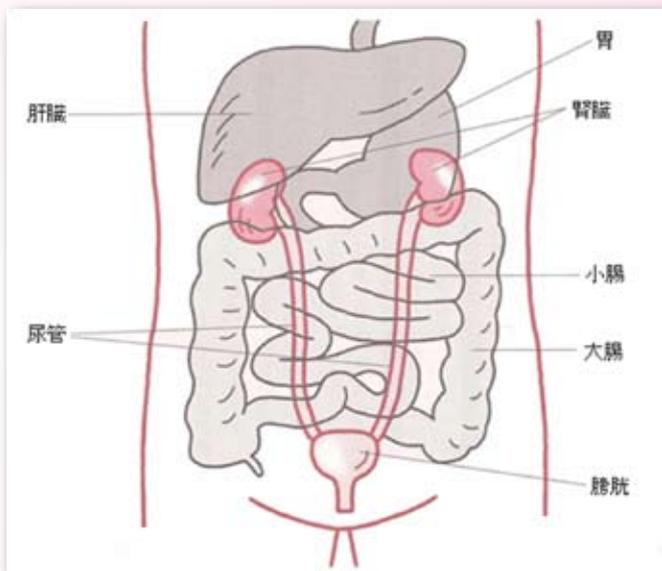


腎シリーズ！

～腎臓の働きについて～

腎臓ってどこにあるの？ どんな形？ どんな仕事をしているの？ 皆さんご存じですか？
体の中にある臓器のひとつだけれど、聞かれたらよく知らないな～と言われる方も多いのではないのでしょうか。今回は、「腎臓の働き」についてご紹介します。



まず、私たちの身体のどこに腎臓があるのでしょうか？ 尿を作るから下腹部の臓器と思われがちですが、背中に近い部分にあります。

背中側の背骨の両側に1つずつあるので身体の中には2個あります。大きいソラマメのような形をしていて、重さは1個約150g（卵約3個分の重さ）です。

では、臓器の中でも小さい腎臓がどんな働きをしているのでしょうか？ 小さくても次のようなたくさんの仕事をしています。

働き①

老廃物を体から追い出しています

血液をろ過し、体内で生じた不要物や老廃物（体にとっていらぬもの）を尿として体外に排泄し、体に必要なものは再吸収しています。血液をきれいに保っているのが腎臓です。

腎臓の働きが悪くなると尿が出なくなり、老廃物や毒素が体に蓄積してしまいます。

働き②

血圧を調整しています

腎臓は、塩分と水分の排出量をコントロールすることによって、血圧を調整しています。

