

腎臓の機能を知るには、他にもクレアチン、クレアチニン、リアランス、カルシウム、ナトリウム、カリウムや腎臓で産生されるホルモンの値を見て判断しています。

検査を受けられたら、検査結果について、分からないことは医師に確認し、自分の腎臓がどれほど機能しているか確認しましょう。そして、生活習慣の見直しを行うことが大切です。

また、場合によっては、専門医での受診や治療も必要になってきます。

**慢性腎臓病をい存知ですか？**

腎臓が悪くなって透析を受ける人が年々増えています。日本では約400人に1人が人工透析を受けています。人工透析とは腎臓の働きである血液をきれいにする仕事を代わりに機械で行う治療方法です。

人工透析の予備群と言われているのが慢性腎臓病（CKD）

です。この慢性腎臓病とは、腎臓の働きが慢性的に弱っている状態を言います。

慢性腎臓病は、新しい国民病とも言われ、日本では成人の8人に1人がこの状態だと推測されています。

では、どんな状態が慢性腎臓病かという次の定義に当てはまる場合になります。

慢性腎臓病の定義	
①尿たんぱくなど腎障害の存在を示す所見がある	
②腎機能低下 (糸球体ろ過量：GFR 60ml/分/1.73㎡未満)	
①・②どちらか、又は両方が3カ月以上持続する	



尿検査での異常が何度も続いたり、腎機能をみるGFRの値が60未満の状態が3カ月以上続けばこの状態に当てはまります。問題なのは、多くの方が慢性腎臓病であることを知らないことです。

症状が出たときには「今日から入院、明日から人工透析を開始します」と言われる方も実際にいます。

自覚症状が出ないまま腎機能が低下し続けるため、早い段階で腎臓を悪くする原因を見つけ、病気を予防したり治療することが必要です。

**特定健診でGFR値を確認！**

尿検査もGFRの値も特定健診を受診することでわかります。

桂川町国民健康保険に加入されている40歳から74歳までの方は、6月から8月まで医療機関で特定健診を受診することができます。受診券は、5月下旬に

郵送しています。ぜひ、受診されてください。また、今年度に75歳になられる方で特定健診をご希望の方は、75歳の誕生日前日までならば受診券を発行します。詳しくは桂川町役場 保険環境課（☎65・1097）までお問い合わせください。

**特定健診を受診された方へ**

特定健診の結果により、保健師・管理栄養士がご連絡をさせていただきます。健診結果から身体の状態と一緒に確認させてください。通知や電話、訪問させていただく際にはご協力をお願いします。

次回（9月号）は、「腎機能を悪くする原因にもなる糖尿病について」をご紹介します。

**【問合先】**

健康福祉課 健康推進係  
(ひまわりの里) ☎65・0001