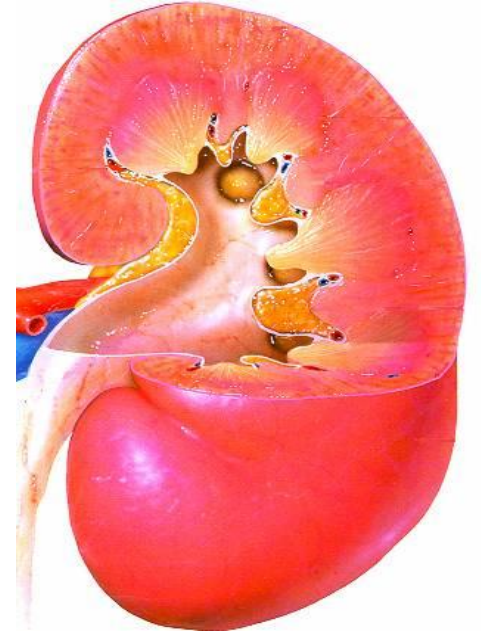


# 尿たんぱくの話



名古屋市立大学 地域医療連携センター長  
愛知腎臓財団 CKD対策協議会 普及啓発部長  
吉田篤博

# **腎臓が悪くなると・・・**

**毒素(クレアチニン、尿素窒素、酸など)がたまる。**

**水分がたまり、むくむ。**

**薬の副作用が出やすくなる。**

**電解質(ナトリウム、カリウムなど)がくるう。**

**血圧が上昇する**

**エリスロポエチンが不足する→貧血になる。**

**活性型ビタミンDが不足する→骨がもろくなる。**

# 腎臓が悪くなると・・・

**決して腎臓に得意的な症状があるわけではありません**

**腎臓がかない悪くならないと、症状は出ません。**



# 慢性腎臓病(CKD)の定義

- ①尿蛋白など、明らかな腎臓の障害がある。
  - ②糸球体濾過量(GFRと略す)が、 $60(\text{ml}/\text{分}/1.73\text{m}^2)$ 以下である。
- ①②のどちらかまたは両方が3か月以上続く。

## 尿蛋白とは

たんぱく質は、重要な栄養分であるため、本来は尿に排出されないものですが、腎臓の働きが悪くなると、外に漏れ出てしまいます。

糸球体(糸球体は腎臓の中にある糸玉のように見える毛細血管の固まりのこと)に障害が起こると、尿中にたんぱく質が出てきます。

その糸球体に障害を起こす病気として、代表的なのが「慢性腎臓病(CKD)」です。

# 尿蛋白とは

**尿蛋白は腎臓の悲鳴です！**

**尿蛋白が多いほど、腎機能は早く悪くなります。**

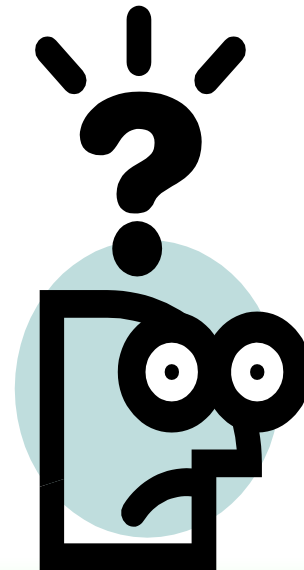
**尿蛋白を減らす治療は、すべて、腎臓にいい治療です。**

**高血圧の治療も、単に血圧を下げるのみでなく、尿蛋白減少(腎臓の保護)が目的となっています。**

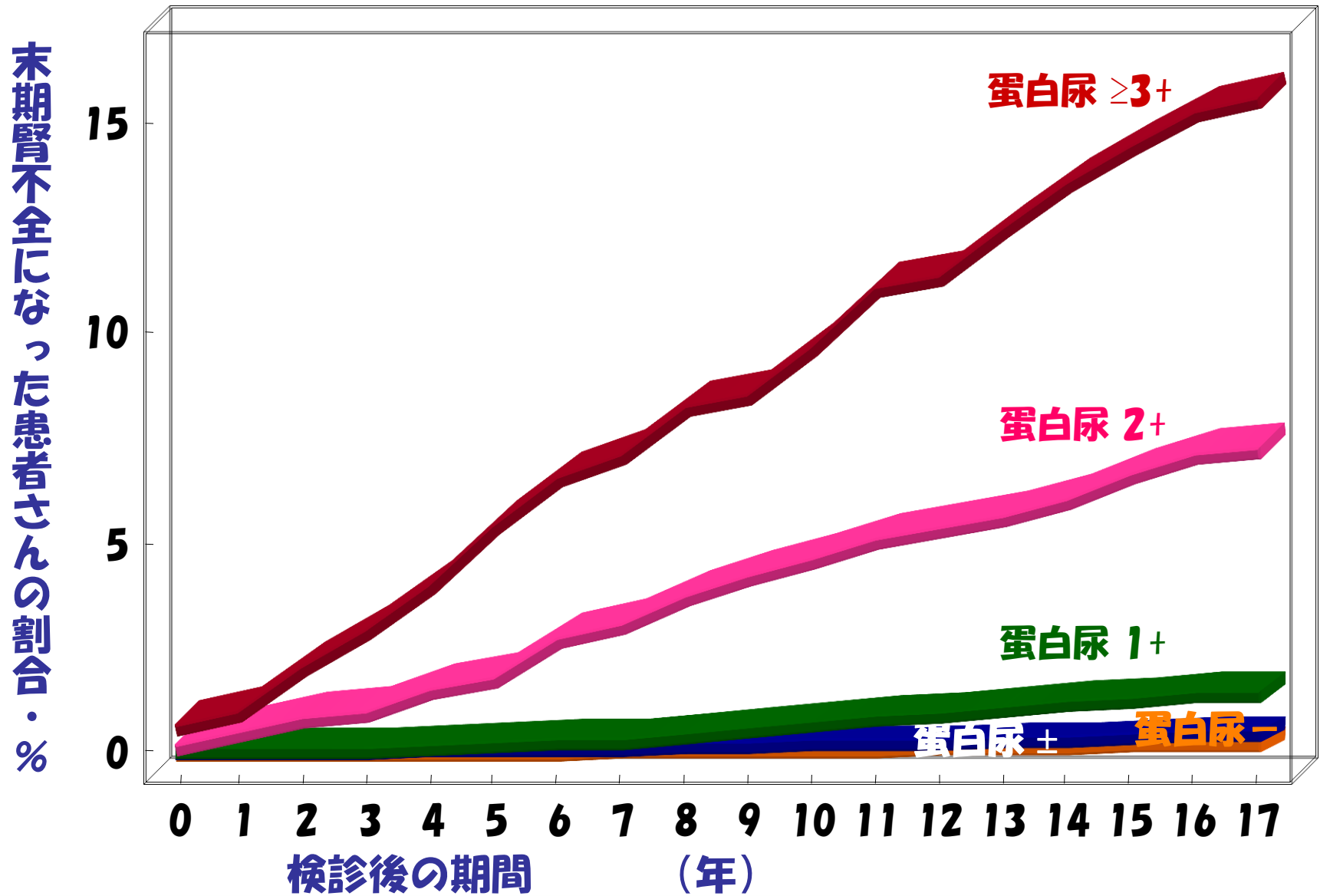
# 尿試験紙

住民検診、学校検診、  
人間ドック・・・でおなじみ  
の試験紙ですが・・・

簡便だけど  
役に立つの？



# 沖縄での調査



# 沖縄での調査

スライドは、沖縄の一般住民健診の結果です。  
試験紙法でチェックした蛋白尿の程度に応じて、  
腎不全（ESRD）の発症率が異なることがよく  
判ります。

すなわち、健診受診時にたんぱく尿が多くでて  
いる者ほど、腎機能の予後が悪いことが判りま  
す。

特に試験紙法で尿蛋白（++）以上は要注意者  
であることが判ります。

従って、**試験紙法による簡便な尿蛋白検査は、  
大変有用**な情報を医師や患者に教えてくれるの  
です。

**年に一回は、検尿をおこないましょう！**



**異常が出たら、あまり心配しすぎずに、まずは内科へ受診されることをお奨めします。**