



みどり



133号 『腎臓③』

2019年4月1日発行／編集責任者 田中 眞／毎月1日発行／群馬県藤岡市篠塚105-1
<http://www.shinozuka-hp.or.jp/center/>

日ごとに暖かくなり、春を感じられる気候になりました。今回は「腎臓」シリーズの3回目、腎臓病の治療についてお話しします。

CKD?

「CKD」という言葉を聞いたことはないでしょうか。「CKD」は chronic kidney disease (慢性腎臓病) を示す用語で、3カ月以上の間、慢性的に腎機能障害が続いている状態をさします。近年日本でも増加しており、人口の約13%の1300万人を超える方がCKDであるといわれています。先月までにご紹介した糖尿病性腎症や、高血圧による腎硬化症などもCKDの原因となる疾患です。

CKD の治療

CKD の治療は生活管理、食事療法、薬物療法、透析、腎移植の5つから成り立っています。いずれも患者さん一人の努力では難しい治療です。医師の指示のもとに、家族、栄養士、薬剤師、看護師などの援助を受けながら行う治療です。

a 生活管理

過労はさけ、肉体的にも精神的にも過度の負荷をかけないようにします。進行したCKDでは運動制限も必要です。

b.食事療法

塩分や蛋白質を取りすぎると排泄する腎臓に負荷がかかるため、取りすぎには注意が必要です。CKDの進行度に応じて、塩分なら「1日3gまで」あるいは「6gまで」などの制限が決められています。蛋白質も摂取できる量の制限がありますが、極端に不足すると体内の蛋白質が分解されて、その分解産物の排泄がまた腎臓の負担になります。

このようにCKDの方は、自分の腎機能に応じて生活や食事に気を配る必要があります。

c.薬物療法

薬物療法の目的は、腎機能低下を遅らせること、低下した腎臓の機能を助けること、合併症の予防と治療です。

血圧が上がると腎臓に負担がかかるため降圧薬を使用します。腎機能が低下すると赤血球造血刺激ホルモンであるエリスロポエチンの分泌が減少して貧血になるため、エリスロポエチン製剤を定期的に注射します。腎機能が低下して起こる合併症には骨・ミネラルの代謝異常や、体液が酸性になる代謝性アシドーシスなどがあり、必要があれば薬剤で治療をします。

透析

腎機能が正常者の10%を下回った場合や、腎

機能を反映する血中クレアチニン（正常値の上限は 1.0mg/dl 前後）が 8 mg/dl を超えた場合には透析療法が検討されます。透析の患者さんは増加傾向にあり、国内では約 28 万人の方が透析をうけています。透析には血液透析と腹膜透析があります。

血液透析

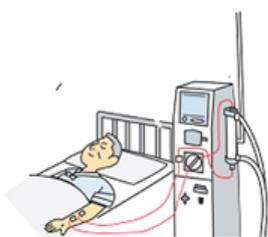
透析というところらを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。

血液を体外に取り出して透析器の中を通し、きれいになった血液を自分の体内に戻します。

血液を体外に取り出すために動脈と静脈をつなげる「シャント」と呼ばれる血管を片側の腕に作る必要があります。

血液透析は週に 3～4 回、一回 4 時間くらいかけて病院で行う治療法です。

下記の腹膜透析と比較すると、体内にたまった毒素や水をより厳密に除去することが可能な透析療法です。体から血液を取り出すことが必要なため、血圧低下などの合併症がおこることがあります。



血液透析

腹膜透析

透析を始める時に、残っている腎臓の機能を十分いかすために、最初に腹膜透析が行われることもあります。透析の度に病院にでむく必要はない、自宅で行うことができる治療法です（月 1～2 回の通院は必要です）。

腹腔内に透析液をいれておくと、血液中の老廃物が腹膜を通して透析液のほうに移行するため、透析液を交換して老廃物と余分な水分を排

泄するしくみです。腹膜透析を行うためには、腹部にカテーテルを埋め込む手術をする必要があります。

夜間寝ている間に機械につないで透析をする方法と、自分で一日数回透析液を交換して 24 時間持続的に透析をする方法があります。



腹膜透析

腎移植

腎不全が進行して腎臓が機能しなくなった時に、他の人の腎臓を移植して働くようにする治療法です。

腎移植には、親や兄弟、配偶者など健常者から片方の腎臓の提供を受ける生体腎移植と、亡くなった方から提供を受ける献腎移植があります。日本では献腎移植を希望されている方の中で移植を受けることができる方は年 1～2%と少なく、生体腎移植が 9 割を占めています。

免疫抑制剤の進歩で腎臓を提供する人（ドナー）と、うけとる人（レシピエント）の血液型は必ずしも一致する必要はなくなりましたが、ドナーもレシピエントも、一定の条件（年齢や持病、心肺機能など）を満たす必要があります。

腎移植は全身麻酔下で行われ、生体腎移植であれば、手術で血管を吻合した数分後には尿が作られ始めます。

* * * * *

腎臓は誰でも加齢とともに機能が徐々に低下していく臓器です。CKD の悪化をできるだけ遅らせるために、生活習慣病の予防や管理など、日々の生活から腎臓を大切にしていけることが重要だと考えます。

（文責：池田祥恵）