

# 腎臓からのSOS



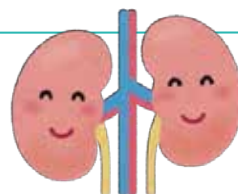
▲じのーん  
腎プロジェクト

## 見逃していませんか？

腎臓は「**沈黙の臓器**」と称されるように、機能が相当低下しても自覚症状が現れにくく、気づいたときには病気がかなり進行していることも少なくありません。特定健診を受けて腎機能を確認し、早期から適切な治療を受けることが大切です。

### 腎臓ってどんな臓器？

腎臓は、そら豆に似た形の臓器で、腰のあたりに左右対称にひとつずつあります。1つわずか150gほどですが、生命の維持に大切な役割を担っています。



#### どんな働きをするの？

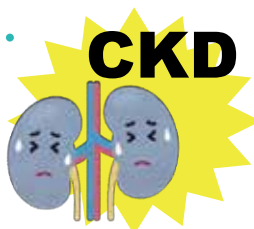
- ① **濾過機能**…血液をろ過して老廃物や余分な水分を尿として排出します。
- ② **血圧調整機能**…体内の塩分や水分の排出量をコントロールし、血圧を正常に保ちます。
- ③ **血液を作る指令塔**…腎臓から分泌されるホルモンによって骨髄内の細胞が刺激され、血液が作られます。
- ④ **骨を丈夫に保つ**…骨を丈夫にするカルシウムを体内に吸収するために必要な「ビタミンD」を作ります。

腎臓の機能が低下すると…？



### CKD (慢性腎臓病) とは…

CKD (慢性腎臓病) とは、腎臓の働き(eGFR) が健康な人の60%以下に低下するか、タンパク尿が出るといった腎臓の異常が3カ月以上続く状態をいいます。CKDの初期には、自覚症状がほとんどありません。成人の8人に1人がCKD (慢性腎臓病) と言われており、新たな国民病とも言われています。



どちらも特定健診で  
確認できます

#### 腎臓の検査

- ☑eGFR (腎臓のろ過機能) ←血液検査
- ☑尿蛋白 (腎臓の障害) ←尿検査



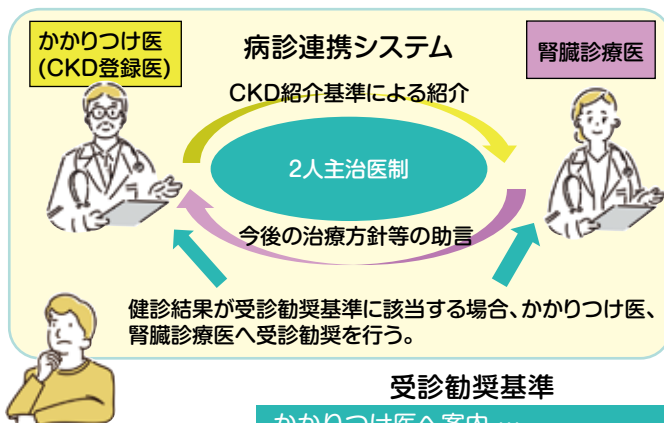
## じのーん腎プロジェクトが始まりました!!

CKD (慢性腎臓病)・糖尿病性腎臓病対策

### 「かかりつけ医 (CKD登録医)」と「腎臓診療医」の2人主治医体制 (連携)

宜野湾市では、新規人工透析患者数の減少を目指し「CKD登録医 (かかりつけ医)」と「腎臓専門医 (腎臓を専門に見ている医師)」が連携してCKD・糖尿病性腎臓病の患者さんを支える病診連携システム「じのーん腎プロジェクト」を開始しました。

腎臓の機能低下が疑われる時期から腎臓診療医と連携し、腎機能低下の原因精査や重症化予防のための総合的な取り組みにより、新規人工透析導入患者の抑制につなげます。



#### 受診勧奨基準

かかりつけ医へ案内…  
eGFR45未満・尿蛋白1+以上  
腎臓診療医へ案内…  
eGFR30未満・尿蛋白2+以上

問 健康増進課(宜野湾市保健相談センター) ☎898-5598

■通院中の方  
■再検査で受診された方