

# 重要な働きをしている腎臓



1 尿を作る…余分な水分や老廃物を排泄



2 ミネラル(ナトリウム、カリウム)やpH(酸性度)のバランスを整える



3 造血ホルモンをつくる



4 血圧を調整する  
ホルモンをつくる



5 ビタミンDの活性化  
(カルシウムの利用を高める)



## 慢性的に腎機能の低下が続くと → CKD(慢性腎臓病)になる可能性が

腎機能の低下の確認は、健診結果で「尿検査」と「eGFR」をチェック!

①・②のいずれか、または両方が3か月以上持続した場合、CKDと診断される可能性があります。

- ① 尿検査、画像診断、血液検査、病理検査などで腎障害の存在が明らかで、特に尿検査で0.15g/gCr以上の**タンパク尿**(30mg/gCr以上のアルブミン尿)がある。
- ② 血液検査の**GFR(eGFR)**が60(ml/分/1.73m<sup>2</sup>)未満に低下している。

※GFR:糸球体濾過量といい、腎機能を示す指標

(エビデンスに基づくCKD診療ガイドより)



### ■ 症 状

夜間尿、むくみ、貧血、倦怠感、息切れなど



初期はほとんど自覚症状がなく、  
症状が現れた時には  
進行している場合が多い。

### ■ CKDが進行すると

体内の老廃物を除去できなくなり、  
「人工透析」や「腎臓移植」が必要になる。  
また、「脳卒中」や「心筋梗塞」のリスクが高まる。

