

第29回 市民公開健康講座

腎不全と透析の

あれこれ

高の原中央病院 透析センター長

青山 秀雄氏

第29回市民公開健康講座(奈良新聞社主催)が9月25日、奈良市学園南3丁目の奈良市西部会館で開かれた。同講座は、広く県民読者に健康について考えていただくという趣旨で開催されている。今回のテーマは「腎不全と透析のあれこれ」で、青山秀雄・高の原中央病院透析センター長が講演した。透析患者は増加しつつあり、その原疾患は糖尿病が約半数を占めることから、糖尿病をはじめとする腎臓病について正しい知識を持ち、慢性腎臓病を治療していくことが大切であること、合併症の予防に留意することなどを話した。



血圧・血糖管理を徹底

*透析患者の年次推移

透析患者は年々増加しており、現在30万人超と国民の440人に1人が治療を受けておられます。導入平均年齢は67歳、透析患者平均年齢も66歳と高齢化が著明になっております。日本では1年間に約3万8000人が新たに血液透析に導入され、約2万8000人が亡くなっておられます。人口当たりの透析患者数は、台湾、アメリカに次いで第3位となっております。

*導入患者の原疾患

導入患者の原疾患 (2010年)	
糖尿病	47.3%
慢性糸球体腎炎	18.9%
腎硬化症	8.6%
急性進行性腎炎	3.6%
分類不能腎炎	2.7%
うっ滞腎	2.0%
その他	83.1%

*導入患者の原疾患

奈良県における血液透析導入となる原疾患は、上記に示されているとおり、糖尿病が47%、慢性糸球体腎炎19%、次いで腎硬化症であります。腎硬化症とは、あまり聞きなれない方もおられると思えますが、高血圧により腎の動脈硬化が進行し、腎機能が低下するものであり、高度な蛋白尿を伴わないのが特徴であります。今後ますます増加して行くのではないかと考えられます。

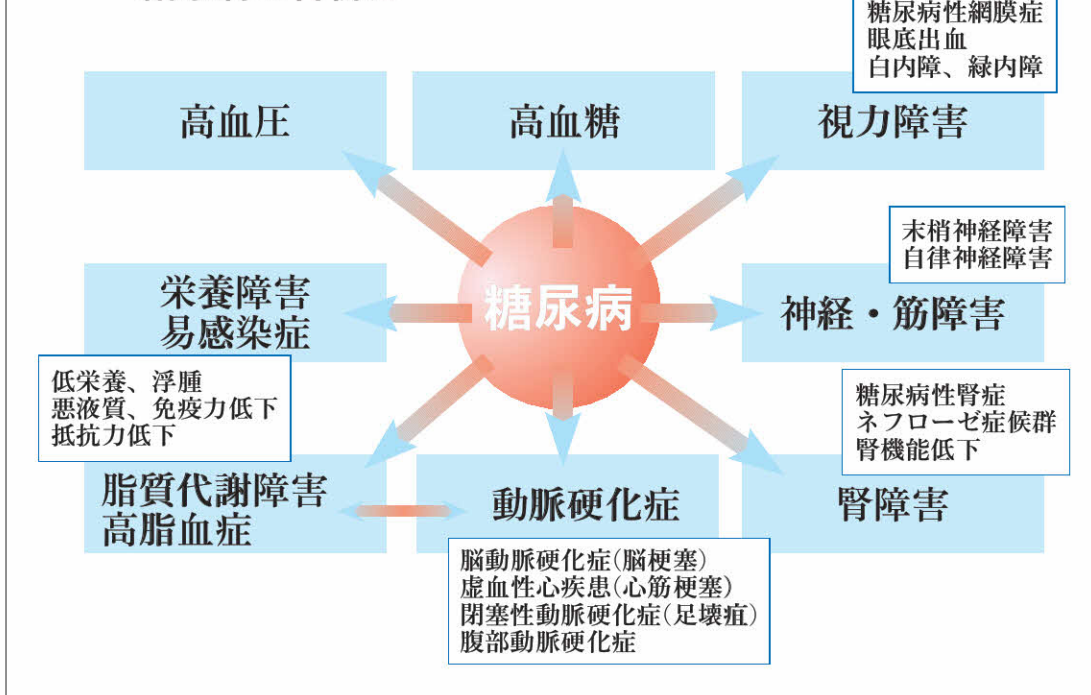
*腎臓病の検査

腎臓病の診断は空腹時血糖値やHbA1c値などにより比較的簡単に施行できますので、普段から年1回程度の定期検診などを欠かさず受けられ、未然に糖尿病にならないよう十分な注意が望まれます。



透析風景

糖尿病の合併症



①蛋白尿 蛋白尿には一過性(運動後、発熱)と持続性があります。2〜3回繰り返し検査を施行して蛋白尿が持続するようであれば、将来末期腎不全に至る可能性がありますので、専門医による密接な指導が必要です。

*腎不全進行の予防

医師により腎臓病の存在を指摘された際には、以下の注意が必要であります。まず第一に高血圧の管理です。高血圧が持続すれば、全身の諸臓器に悪影響が及びますが、腎機能低下がさらに進行します。血圧の適度のコントロールは重要です。第二に、糖尿病の方は血糖管理を徹底することです。血糖の厳格な管理により、全身の合併症の予防、さらには腎機能低下の進行を防ぐことができると言われております。他に、リン、蛋白制限や肥満の予防も必要であります。

*糖尿病の合併症予防

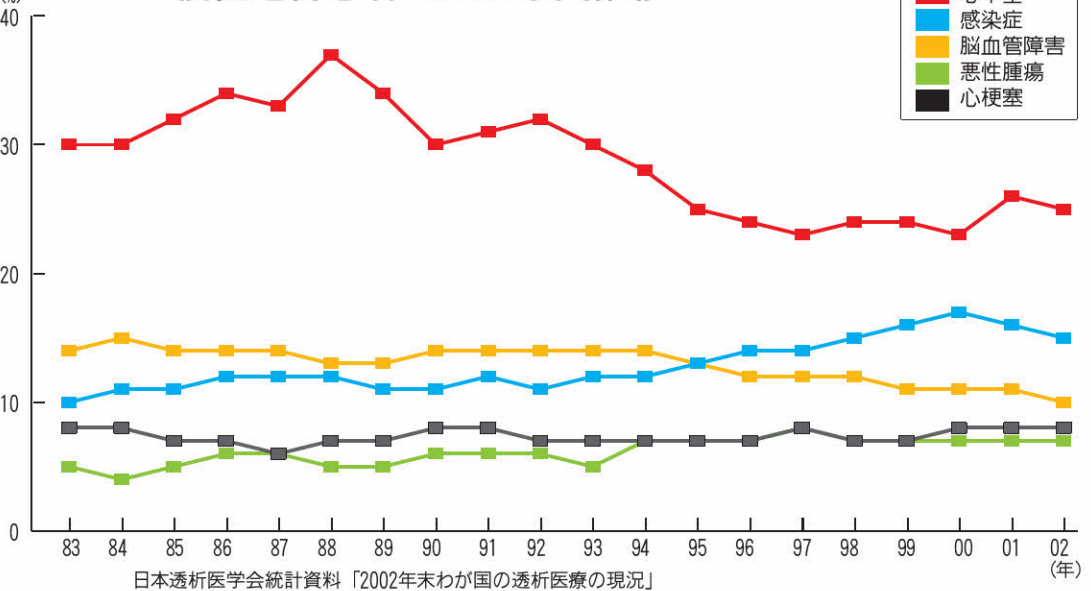
ひとたび糖尿病と診断されると様々な合併症が発生しやすいので、次のような注意が必要です。血圧のコントロール、食事療法、脂質のコントロール、適度な運動、禁煙など、患者さんご自身で取り組むこともありますが、将来にわたっての予防には、定期的な検診を受けることが重要です。腎臓にいかなる病変が発生しているかを確かめる検査法に腎生検というのがあります。腎臓から直接組織を採取するためや侵襲的な検査ですが、これにより適切な治療

法が明確になることもあります。

*透析患者の死因

全国集計によりますと、透析患者が亡くなる原因疾患は、心不全24%、脳血管障害8.5%、感染症21%、悪性

慢性透析患者の死亡原因推移



*透析患者の合併症

透析を長く続けると全身に諸々の合併症が出現します。高血圧・低血圧・心不全・心筋症・不整脈などは循環器系合併症であります。骨関節障害が出現し整形外科の医師のお世話になることもあります。その他、眼科・外科・神経内科・皮膚科などの医師の診察が必要なものもあります。全身の臓器にいろいろな症状が出てくるのです。

腫瘍21%などであり

死亡原因

死亡原因 (2010年)	
その他の心不全	23.1%
菌血症・敗血症	13.3%
肺炎・肺化膿症	11.6%
その他	8.7%
消化器悪性腫瘍	6.9%
脳血管障害	5.8%
不明	4.0%