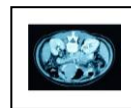


まちのくすりやさん 第51号

今回のおはなし

「慢性腎臓病」
「ザ・タバコ」



推定患者 1300万人 “新しい国民病”

慢性腎臓病 CKD

腎臓の障害や機能の低下が一定期間以上続く慢性腎臓病（CKD）が最近注目されています。悪化すれば、人工透析が必要なだけでなく、心筋梗塞や脳卒中など心血管疾患の重大な危険因子となります。生活習慣病との関連が強く、推定患者数は全国で約1300万人に上り、“新しい国民病”とも呼ばれています。

CKDは、①タンパク尿が出るなど腎障害が明らか ②血液のろ過能力を示す「糸球体ろ過量（GFR）」が一定の値未満—のどちらか、あるいは両方が3か月以上続くこと、と定義されています。

日本腎臓学会は、「CKD診療ガイド」で、病期の分類を示しています。分類の目安で腎機能の指標となるGFR値は測定が難しいですが、同学会が2008年にまとめた計算式で「推算GFR」を求め使用しています。性別、年齢と健康診断などの検査項目にある「血清クレアチニン値」（血液中の老廃物の指標）から算出できるようになりました。

CKDの分類

病期	重症度の説明	進行度による分類（eGFR値）
	ハイリスク群	90以上（CKDのリスクファクターを有する状態で）
1	腎障害は存在するが、GFRは正常または高進	90以上
2	腎障害が存在し、GFRが軽度以下	60～89
3	GFR中等度低下	30～59
4	GFR高等度以下	15～29
5	腎不全	15未満

※日本腎臓学会診療ガイドラインから作成

CKDは、初期には、ほとんど自覚症状がないだけに、定期的な尿検査、血液検査が重要です。発症のリスクファクターとして、高齢、CKDの家族歴などのほかに、高血圧、糖尿病、肥満、メタボリック症候群等生活習慣に関わる項目が挙げられます。該当するリスク軍は、高血圧な

どを治療し、生活習慣を改善して発症の予防に努めることが必要です。

診療ガイドラインでは、各病期ごとに必要な治療を示しています。eGFR値が60未満で、この状態続くとタンパク尿などがなくてもCKDと判断され、適切な治療が必要となります。まず、CKDという病気が存在することをまず知り、かかりつけ病院に受診して下さい。

ザ・タバコ

喫煙により、胃・十二指腸潰瘍、口腔粘膜の角化および色素沈着、慢性萎縮性胃炎、肝硬変、クローン病などの危険が増大します。また、歯槽膿漏や歯周囲炎など歯周病になりやすくなります。この他、脳萎縮、白内障、難聴、味覚・嗅覚の低下、骨粗鬆症、体液性免疫の低下、老化の促進などもみられます。さらに、喫煙者では体重減少によるだけでなく、年齢よりも顔のしわが増えたり頬がこけて「Smoker's Face (スモーカーズフェイス)」という特有の顔つきになることが知られています。

なお、米国の公衆衛生総監報告においては、喫煙は、全体的な健康状態の低下のほか、白内障、低骨密度、大腿頸部骨折、消化性潰瘍の原因となると判定されています。このほか、う歯、加齢性黄斑変性(網膜の黄斑と呼ばれる部位が毛細血管の障害等により変性し、視力に影響を及ぼすこと)や糖尿病患者での網膜症の進行、勃起不全(毛細血管の障害等による影響)などが引き起こされる可能性があります。

こうして喫煙の健康影響を眺めてみると、呼吸器や口、歯など直接煙がふれるところにとどまらず、唾液等を通じて接触する胃のほか、煙が吸収され血液を介して全身に行き渡ることが続いて、毛細血管を含め血管を障害し、さらにその毛細血管が支えていた組織の障害と、広範にわたる影響が及ぶことがわかります。

厚生労働省 たばこ最新情報より



東日本大震災の発生から、直接被災していなくても、「地震恐怖症」の方が増えているそうです。不安障害という神経症の一種で、動悸、めまい、夜眠れない、地震のことばかり考えている、一人でいるのが不安、呼吸困難、息切れ、胸の痛み、吐き気、冷や汗などがあります。早めに、心療内科もしくは精神科に受診するようにしましょう。

(社) 浦安市薬剤師会 〒279-0004 浦安市猫実 1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月~金: 10~15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス toiawase@urayaku.jp

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>