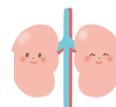


今回のおはなし

「発見遅れやすい慢性腎臓病」

「女性の喫煙」



発見遅れやすい慢性腎臓病

腎臓の障害や機能低下が3か月以上続く慢性腎臓病（CKD）。日本では、成人の8人に1人が該当するとされていますが、ある程度進行するまで自覚症状がほとんどなく、発見が遅れがちです。重症化すると、人工透析や腎移植が必要な場合もあります。

血液をろ過して尿をつくり、老廃物や余分な水分を体外に排出する腎臓。血圧や体液の浸透性、ミネラルバランスを調整する役割なども担い、働きが悪くなると、疲れやすくなったり、体がむくんだりします。放っておいて、末期腎不全の状態に陥ると、人工透析や腎移植を受ける必要がでてきます。

CKDの原因は、糖尿病からくる糖尿病性腎臓病、腎臓に炎症が起きる慢性糸球体腎炎、動脈硬化によって、腎臓が固くなる腎硬化症が代表的です。いずれも、初期は、自覚症状がほぼなく、気づいたときには、透析直前だったという事例は少なくないです。

手遅れを防ぐため、ぜひ目を向けたいのが、健康診断の結果です。1つは尿検査でわかる尿蛋白の有無で、結果が陰性なら正常といえます。もう一つは、近年健康診断の血液検査の項目に加える企業や自治体が増えている血清クレアチニンの値です。

CKDの重症度チェック

		無	尿タンパク	-	±	+1以上
糖尿病	無					
	有		尿アルブミン (mg/日 または mg/gCr)	30未満	30 ~ 299	300以上
GFR			90以上	正常	軽度	中等度
			60~89			
			45~59			
			30~44			
			15~29		重度	
			15未満			

*エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン(編集・日本腎臓学会)などを基に作成

CKDの重症度は、糸球体と呼ばれる腎臓内の組織の働きを示す数値「GFR」によって、5段階に分けられます。糖尿病の人は、糖尿病性腎臓病の初期から尿へ微量に漏れるたんぱく質「アルブミン」を調べると、より確実な評価が可能です。透析の導入に至っていない「保存期」のCKD患者の約半数は、健康診断で病気を発見しています。軽度のうちに見つけれれば、禁煙や節酒、適度な運動といった生活習慣の改善で回復が見込めます。また、2021年8月には、透析に至る前の患者が使える治療薬が、新たに公的医療保険の対象になりました。

CKDが中等度まで進行している人の6割以上が医療機関を受診していないとされています。末期腎不全の状態になると、治療法は少なく、基本的に週3回、1回あたり4時間程度を透析にあてないといけません。日本透析医学会の調査によると、国内で透析を新たに始める人は年間4万人で、開始時期の平均年齢は70歳だそうです。CKDで心臓や血管に負担がかかると、心筋梗塞などのリスクも高まります。尿タンパクが陽性だったら、様子見をするのは危険です。GFRが年々下がっている場合も泌尿器科へ受診してください。日本腎臓学会の腎機能測定ツール(<https://jsn.or.jp/general/check/>)は、血清クレアチニン値と年齢、性別を入れれば推定値がわかり、これに尿タンパクを組み合わせるとリスクを評価できます。

女性の喫煙による妊娠出産の影響について

女性の喫煙による妊娠出産への影響として、早産・低出生体重・胎児発育遅延などが挙げられます。また生殖能力低下、子宮外妊娠、常位胎盤早期剥離、前置胎盤を引き起こす可能性が指摘されています。さらに、妊娠中においては、妊婦本人の喫煙（能動喫煙）だけでなく受動喫煙であっても、乳幼児突然死症候群（SIDS: Sudden Infant Death Syndrome）の要因となることが確実視されています。

わが国では、女性の喫煙率は男性に比べて低くなっています。令和元年（2019年）調査では、男性27.1%、女性7.6%となっていました。年代別にみると、50歳代が最多で12.9%となっており、次いで40歳代の10.3%、60歳代の8.6%と続きます。一方、家庭で受動喫煙の機会が「ほぼ毎日」あった人は、男性7.4%、女性11.6%と女性に多く、受動喫煙による妊娠出産への悪影響の回避が課題となっています。改正健康増進法（2020年4月完全施行）では、望まない受動喫煙を生じさせないよう配慮する義務（配慮義務）を喫煙者に課しており、妊娠中の女性の受動喫煙が減少する効果が期待されています。妊婦本人の喫煙が早産や低出生体重・胎児発育遅延のリスクを高めることは、科学的に明らかになっています。

妊娠中の喫煙期間が長くなるほど早産のリスクは高まり、喫煙本数が多いほど出生体重や身長を減少させます。一方、禁煙により胎児発育が改善する、つまり喫煙者にとっては低出生体重の予防に禁煙が有効であることを示す研究結果も報告されています。また、妊婦本人の喫煙や出生後の周囲の人の喫煙が乳幼児突然死症候群（SIDS: Sudden Infant Death Syndrome）の要因となることも明らかになっています。



マスクで熱中症にならないように、水分をしっかりとるようにしてください。お薬の事以外でも、遠慮なく薬剤師にご相談下さい。

（一社）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/>