

糖尿病の
みなさん

腎臓

守ろう腎臓
防ごう人工透析

糖尿病の合併症のひとつである

「**糖尿病性腎症**」は、重症化すると、
生涯にわたって人工透析が必要となる病気です。

この国では、毎年3万9,000人が
新たに人工透析を受けています。そのうち

糖尿病性腎症が、原因の**約4割**を占めています。

も守りましょう

いざ鎌倉！ならぬ
いざ糖尿病外来！

吾輩は糖尿病である

この世をば 我が世とぞ
思ったのだけど、
健康だけは
手に入らなかったんじや

糖尿病患者だったといわれる方々

みなもとのより とも
源頼朝さん

近衛家実の日記『猪俣関白記』に
「前右大将頼朝卿依飲水重病」（頼
朝が飲水により重病）と記載され
ている。※諸説あり

なつ め そう せき
夏目漱石さん

夏目鏡子述、松岡譲筆録『漱石の
思い出』に「検尿をしていただくと
糖尿病だということで（中略）療養
を続けておりました」と記載
されている。※諸説あり

ふじ わらの みち なが
藤原道長さん

藤原実資の日記『小右記』に「就
中近日昼夜多飲、口乾無力、但食
不減例」（昼夜を問わず多飲、口渇
があり力が無く、ただし食は減ぜ
ず）と記載されている。※諸説あり

糖尿病性腎症 Q&A

正しい知識を身につけて、糖尿病性腎症を予防しましょう。

糖尿病性腎症ってどんな病気？

糖尿病により高血糖状態が長く続くことなどが原因で、腎臓の働きが悪くなる病気です。初期には自覚症状はありません。しかし、血糖値や血圧が高い状態が続くと、徐々に腎機能が低下していってしまいます。

糖尿病性腎症はどうやって診断されるの？

尿検査と血液検査で、腎臓の機能の状态がわかります。体に大切なたんぱくが尿中に多量に漏れ出てしまったり、血液中に老廃物がたまっている場合（クレアチニンおよび eGFR で判定）に腎症と判断されます。

糖尿病性腎症が重症化するとどうなるの？

腎臓には痛みを感じる神経がないので、気づかないまま進行していきます。腎機能が低下すると、吐き気やむくみ、食欲低下などの症状が出始め、心臓や骨、脳など全身の臓器にも影響が及びます。
末期腎不全の状態（腎臓の機能がほぼ動かない状態）になると、薬物治療などでの回復は難しく、人工透析を受けなくてはならなくなります。

人工透析ってどんな治療？

機能が著しく低下した腎臓に代わり、機械で老廃物を取り除くことです。一般的に行われている「血液透析」は、患者さんの腕の血管から血液を取り出し、老廃物を除去してきれいにする方法です。1回につき4～5時間かかる治療を週3回程度、ずっと受け続ける必要があり、身体的にも時間的にも、金銭的^(※)にも大きな負担がかかります。

※わが国の場合、負担の多くは公費でまかなわれています。

糖尿病性腎症の発症や重症化を防ぐには？

まずは、年に1回の健診を欠かさず、血糖、血圧、腎機能のチェックを行ってください。もし糖尿病と診断されたら、決して治療を中断しないこと。定期的に検査を受け、腎臓を守るための生活改善にも取り組んでください。
これまでの研究で、血糖や血圧が良好に保たれている糖尿病患者さんでは、透析になる危険性がグッと減ることがわかってきました。私たちもしっかりサポートするので、がんばりましょう！

詳しくは、動画へ！

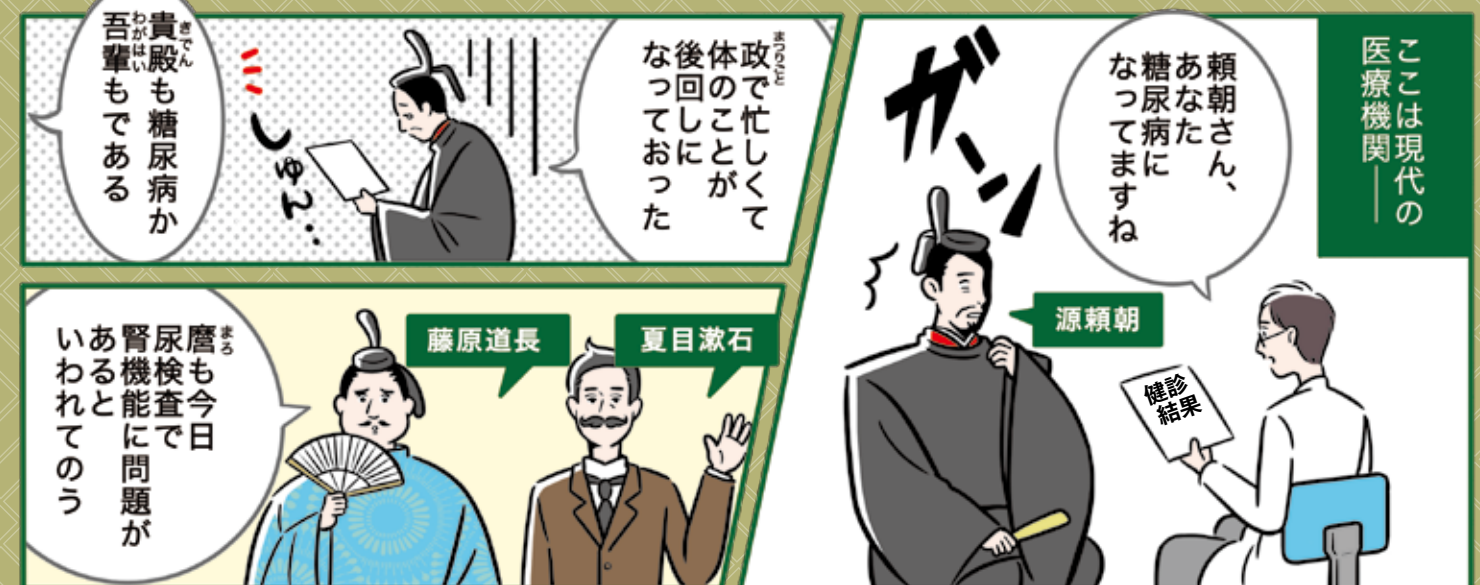
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuuhoken/hokenjigyuu/00Dn00826.html



大切な腎臓を守る第一歩！

糖尿病性腎症を知ろう

「人生100年時代」と知り、現代の医療機関にやってきた源頼朝さん、夏目漱石さん、藤原道長さん。
そこで知った驚きの事実とは!?



※健診を受けていない人では、糖尿病がいつ発症したかわかりません。検査をした時にはすでに腎臓が悪い、という人も少なくありません。

