

CKD(慢性腎臓病)の治療について

CKD (慢性腎臓病) は、腎臓の働き(eGFR)が健康な人の60%以下(60ml/分/1.73/m²未満)に低下するか、タンパク尿が出るといった腎臓の異常が続く状態をいいます。高齢であるほどCKDになる確率が高くなっていき、特に高血圧、糖尿病、コレステロールや中性脂肪が高い(脂質代謝異常)、肥満やメタボリックシンドローム、腎臓病、家族に腎臓病の人がいる場合などは要注意です。CKDは心筋梗塞や脳梗塞などの心血管疾患の重大な危険因子となっています。

●CKDの進行について:慢性腎臓病(CKD)の病気分類

タンパク尿などの腎障害はなくても eGFR:60ml/分/1.73 m²未満が持続していれば CKD と診断されます。初期症状がほとんどないことから CKD を進行させないことが重要です。定期的に尿検査や血圧測定し、腎臓の状態を把握していきましょう。慢性腎臓病は、その重症度に応じてステージ1~5の5段階に分けられます。その指標となるのが推算糸球体ろ過量(eGFR)です。

| CKD ステージ | 推算 GFR 値 | 腎臓の働きの程度 | 症状 | 治療法 |
|------------------------|------------------------------|---|------------------------------|---------------------------------|
| CKD ステージ1 CKD ステージ2 | ステージ1:90以上 ステージ2 89~60 |  | 自覚症状がない タンパク尿が出る 血尿が出る | 生活改善・食事療法・薬物療法 透析療法・腎移植などの準備 |
| CKD ステージ3 | 59~30 |  | 夜間数回トイレに行く 血圧上昇 貧血になる | |
| CKD ステージ4 | 29~15 |  | 疲れやすくなる 浮腫みが出る | |
| CKD ステージ5 | 15未満 |  | 食欲が低下する 吐き気がする 息苦しい | |

●予防と治療について

CKD の治療は、透析が必要な末期腎不全への進行を遅らせ、心血管疾患を防ぐ事です。肥満の是正や減塩、規則正しい食事、腎機能低下時には低たんぱく食を摂ること、禁煙、高血圧、糖尿病などの生活習慣病の管理などが重要となり、特に、血圧管理、定期的な尿検査がとても重要になってきます。

❖ 正常、又は CKD 予備軍→年に数回程度、CKD のスクリーニング検査(検尿、採血)、生活習慣の改善

❖ ステージ1~2→生活習慣の是正、CKD 原因疾患の治療

エネルギー制限(標準体重×30~35kcal) 塩分制限(6g/日;醤油小さじ1杯:1g)

蛋白質制限:タンパク尿が0.5g/日であれば標準体重1kgあたり0.6~0.8g。

❖ ステージ3→医師による治療が必要です

ステージ1~2の治療に加えてカリウム制限(生野菜はゆでて食べる、果物、芋、豆類の摂取量に注意)

❖ ステージ4→現状維持し透析開始を遅らせる。より厳格な食事療法、生活習慣の改善、薬物治療を行う。

❖ ステージ5→腎代替療法(透析)が必要、スムーズに透析への移行ができるように医師との相談が必要
<薬物療法>

◆腎障害の原因を治療する;副腎皮質ステロイド、免疫抑制薬、抗血小板抗凝固薬

◆腎機能を促進する;レニンアンジオテンシン系阻害薬

◆危険因子のコントロールをする:高血圧治療薬、脂質異常症治療薬、高尿酸血症治療薬

◆腎臓の働きを補佐する;エリスロポエチン製剤、カリウム吸着薬、重炭酸ナトリウム、経口吸着薬、
活性型ビタミン D3、リン吸着薬

CKD のステージによって治療に必要な薬を選択し、ステージが進まないように治療していくことが大切です。
ご不明な点がありましたらスタッフにご相談ください。