広告特集
企画・制作
朝日新聞社メディアビジネス局

3月9日㈭は世界腎臓デー

腎臓病啓発特集

生活の質を高めるために「治し、支える」腎臓病医療の最前線

異常が生じてもなかなか病気のサインを出さない腎臓。一度機能を失うと回復は難しく、特に腎不全の治療は生涯にわたって続けられます。全国各地の医療現場で、患者の「QOL（生活の質）の向上」を重んじた取り組みが推進されている昨今。専門医、看護師、薬剤師の皆さんに、腎臓病と向き合う医療現場の現状とこれからについて語っていただきました。

World Kidney Day
9 March 2017

腎臓病の早期発見と治療の重要性を訴える取り組みとして、国際腎臓学会と腎臓財団国際協会によって提唱されたのが「世界腎臓デー」。毎年3月の第2週木曜日に制定されました。世界100カ国以上において、さまざまな啓発キャンペーンが行われます。

腎臓病の傾向と対策1　腎機能低下の危険因子は、糖尿病・高血圧と急性腎障害

藤田保健衛生大学病院
病院長・腎内科教授
湯澤 由紀夫先生

プロフィル　ゆざわ・ゆきお／1981年名古屋大学医学部卒業後、名古屋第一赤十字病院にて卒後臨床研修を経て内科勤務。1987年7月より3年間、米国ニューヨーク州立大学バッファロー校病理学教室に留学。帰国後、2010年3月まで名古屋大学大学院病態内科学講座腎臓内科学に勤務。同大学准教授を経て、2010年4月藤田保健衛生大学医学部腎内科学教授着任、2014年4月より病院長。現在に至る。

増え続ける慢性腎臓病（CKD）

日本の慢性腎臓病（CKD）患者さんは推定1300万人いるとされており、その数は成人の8人に1人です。ある疫学研究によると、CKD患者さんは増加していることが明らかとなっていますが、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の増加がその一因と考えられています。最近、日本の腎臓専門医が治療しているCKD患者さんの実態が報告されました（CKD―JAC研究）。それによると、CKD全体の約40％に糖尿病患者さんがいることがわかりました。さらに、血圧が高い方あるいは尿たんぱくが多い方は、腎臓の働きが低下するスピードが速いことがわかりました。また、愛知透析研究（AICOPP）によると、新たに透析を開始する患者さんの約43％に糖尿病患者さんがいて、約45％に心臓病や脳卒中の既往がある ことがわかり、腎臓病はそれらの合併症のリスクになることも確認しました。

生活習慣病にならないことが第一ではありますが、高血圧や糖尿病を指摘されている方やすでに治療を受けている方については、CKDを未然に防ぐ、または早期発見が重要です。そのためには、定期的な尿検査と血液検査を受けていただくことをおすすめいたしますので、ぜひ、かかりつけ医にご相談ください。また、今のところ生活習慣病などはないという方でも、定期的に健康診断を受けていただきたいと考えております。

リスクが一目でわかる「CKDの重症度分類」

近年、全国規模でCKD対策が展開されています。そのうち一定の成果を得ているのが、「CKDの重症度分類」です。これは原因となる疾患、腎機能（GFR）、たんぱく尿を合わせたステージで重症度を評価したもの。一般の方でも末期腎不全などのリスクを一目でわかるよう、色分けして表示されています。患者さんは自分の腎臓の状態を正確に把握しながら、治療にのぞめるようになっています。

また2014年には、「多発性のう胞腎」と「IgA腎症」が指定難病に追加されました。指定難病と診断され、一定の重症度基準を満たすことが認定されれば医療費の助成が受けられます。高額な医療費を負担されてきた患者さんにとっては、朗報だと思います。

多発性のう胞腎に関しては、新薬も登場しています。腎臓に「のう胞」と呼ばれる水の袋が無数にできる遺伝性の疾患で、日本では透析原因の第5位を占めています。これまでは対症療法しか手立てがありませんでしたが、新薬によって「のう胞」の増大および腎機能低下の抑制が可能になりました。

実は、腎臓病は特効薬の開発が立ち遅れています。理由のひとつは、糖尿病や高血圧の新薬で、腎機能の改善効果が期待できること。もうひとつは、腎臓病はゆっくりと進行するため、治験薬の効果を調べるには時間と費用がかかり過ぎることです。それでも新薬を求める疾患が存在することから、私たちは創薬の促進を提言し続けていきます。

腎臓病を、より広く捉え直す動きが進行

CKDという概念は、社会に広く認知されてきました。しかし一方で、診断基準などが独り歩きしている現状も懸念されています。さらに、かかりつけ医から腎臓専門医への紹介基準の見直しなど、病診連携が抱える課題も浮き彫りになっています。

日本腎臓学会では、透析患者数の減少と心血管疾患の発症抑制をめざし、腎臓病をより広く捉える新たな試みを検討しています。また国に対しては、特定検診への血清クレアチニン値の導入を、引き続き要望中です。

腎臓病は自覚症状が乏しく、早期発見・早期治療には検査が欠かせません。特にたんぱく尿は、腎機能が低下しているサインです。自覚症状がなくても、尿検査と血液検査は定期的に受けるようにしてください。（談）

腎臓の役割
- ◎血液中の老廃物を尿として排出
- ◎血圧を正常にする
- ◎体内の水分量・電解質を一定に保つ
- ◎強い骨をつくる

健康診断 以下の症状に注意
たんぱく尿
⇓
腎機能低下
⇓
心臓病、脳卒中

腎臓病を予防するには
- ◎たんぱく質、塩分を控える
- ◎禁煙する
- ◎睡眠を十分とる（カゼにも注意）

腎臓病の傾向と対策2　患者さんの言葉に耳を傾け、心に寄り添って看護支援

特定医療法人 衆済会
増子記念病院
透析部門 看護課長
今井 眞里（いまい まり）さん

透析導入後に聞かれる「体調が改善した」の声

社会の高齢化に伴い、透析患者さんの高齢化も進んでいます。特に75歳以上の方が、導入に至るケースが増えています。通常、腎不全に至ったからといって、すぐに透析療法に移行するわけではありません。それでも視野に入れておく必要はあります。ただ透析療法は、生涯にわたって継続しなければならない治療です。開始にあたっては、「今まで通りの生活ができるのか」といった不安や葛藤が生じるものです。

私たち看護師も、透析導入期を1日でも遅らせるために患者さんとご家族のご要望をお聞きしたうえで、食事療法や薬物療法、体重管理などをアドバイスさせていただいています。同時に、透析療法のメリット・デメリットについてもご説明いたします。実際に透析を始めて「体調が良くなった」という声はよく聞かれ、趣味や旅行を楽しまれている患者さんもたくさんいらっしゃいます。

需要が高まっている睡眠中に行う夜間透析

透析療法には、血液透析と腹膜透析がありますが、大半が選択されている血液透析は週3回ほど、1回4～5時間かけて行います。透析中はテレビ鑑賞や読書など、思い思いにお過ごしいただけますが、当院では、筋力や心肺機能の低下を防ぐ目的で、透析治療中に運動療法を実施しております。また近年、需要が高まっているのが深夜透析です。夜間の睡眠時間を利用して、8時間ほどかけて行う方法です。適応基準に準ずるものの、お仕事との両立が図れるうえ、老廃物や余分な水分をゆっくりと取り除くため、身体への負担が少なくなる利点があります。

透析療法に入られるか否かは、最終的に患者さんご自身の判断で決定されます。腎機能の低下を心配されている方は、事前に、腎不全の治療についての知識を得られておかれることをおすすめします。（談）

腎臓病の傾向と対策3　腎臓の機能を把握したうえで、適正な薬物治療を実施

株式会社ファインメディカル
代表取締役社長・薬剤師
丹下 富博氏

プロフィル　たんげ・とみひろ／名城大学薬学部卒、日本薬剤師連盟 常任総務、学校法人 名城大学評議員。

検査値の評価など求められる高い専門性

慢性腎臓病（CKD）の治療では、「血圧を調節する」「老廃物を排出する」「血液をつくる」「体液量・イオンバランスを調節する」「強い骨をつくる」といった機能を助ける薬がよく使用されます。私たちはお薬をお渡しする際、効果・効能や副作用の情報はもちろん、たんぱく質制限などの食事療法や水分・塩分制限に対するご相談にも応じています。

近年、腎機能などの検査値を処方せんに記載する病院が増えています。薬剤師に求められるのは、患者さんの病態を把握したうえで薬の有効性を見極め、場合によっては医師に疑義照会を行う高度な専門的スキルです。すでに先導役として「腎臓病薬物療法認定薬剤師」の育成も進められています。一定水準以上の知識と技能を有する腎領域のエキスパートですが、その必要性は今後ますます高まっていくと考えられます。

残薬解消の鍵をにぎる薬剤師の取り組み

飲み忘れや飲み残した薬、いわゆる「残薬」の問題が深刻化しています。国の試算によると年間500億円分に相当する残薬のうち、400億円分は薬剤師の管理や指導によって改善できると言われています。特に、腎臓病の患者さんの多くは、生活習慣病をはじめ、多くの合併症を抱えており、何種類もの薬剤を服用している方も珍しくはありません。数が増えるほど、飲み忘れや飲み間違いのリスクも高まります。

例えば、同じ時間に服用する薬を一回分ずつまとめた「一包化」や曜日・服用時別の収納ポケットがついた「お薬カレンダー」の提案や薬によっては複数の成分を一つにまとめた「配合剤」への切り替えにも対応します。

また、腎臓は薬の排泄（はいせつ）に大きく関わっています。腎臓病の患者さんに限ったことではありませんが、市販の薬にも腎臓に負担をかける可能性のある薬があります。ご自身の体調とその時の症状に適した薬を、薬剤師に相談いただくことをおすすめします。大切な腎臓を守るためにも、ぜひとも薬剤師を活用していただきたいと思います。（談）