

# 慢性腎臓病 CKD

## はじめに

CKDは Chronic Kidney Disease の略で、慢性腎臓病と訳されます。慢性に経過するすべての腎臓病を指しますが、成人の8人に1人、1,330万人が該当すると考えられ、新たな国民病といわれます。今回は、CKDについて解説します。



## 腎臓の機能

### 1. 尿の産生

腎臓は血液をろ過して、体にとっていらぬものを余分な水分や塩分と一緒に排泄し、必要なものを再度血液に戻す働きをしています。腎臓の機能障害が起こると、いらぬものが体から排泄されずに残ってしまいます。この状態を尿毒症といい、血液検査ではクレアチニン値が上昇してきます。また、たんぱく質のように必要なものが体から出て行ってしまうために、血液が薄くなって浮腫の原因となります。その他、塩分の一種であるカリウムが体内に残り過ぎて、高カリウム血症を起こします。これは不整脈の原因となります。

### 2. 血圧の調節

腎臓は水分と塩分の排出量を調節することにより、血圧を調節しています。また、出血によって腎臓の血のめぐりが悪くなると、血圧を上げるホルモンを分泌する仕組みがあります。ところが現代では、腎臓の動脈硬化によって血のめぐりが悪くなることでホルモンを分泌してしまいます。これが高血圧の重要な原因の一つとなっています。

### 3. 赤血球産生

腎臓からはエリスロポエチンというホルモンが分泌され、これが骨髄に作用して赤血球が産生されます。腎機能が低下するとエリスロポエチンの分泌が低下して貧血になります。これを腎性貧血といいます。

### 4. カルシウムの吸収

カルシウムを吸収するには活性型ビタミンDが必要ですが、ビタミンDを活性型ビタミンDにするのが腎臓です。このため腎機能が低下するとカルシウムの吸収が低下して、骨粗鬆症になりやすくなります。

## CKDの基準

### ①尿蛋白が陽性

### ②eGFR(推算糸球体ろ過量)が60(ml/分/1.73 m<sup>2</sup>)未満

①、②のいずれか、または両方が3か月以上持続する状態をいいます。eGFRは血液検査のクレアチニン値と年齢から計算で出します。簡単にいえば、その値は何%腎機能が残っているかを表します。腎機能が60%未満になったらCKDといわれるわけです。

## CKDの予防

腎臓の動脈硬化によりろ過装置が目詰まりすることにより、様々な障害を引き起こるわけですから、動脈硬化を起こす原因疾患の改善が最大の予防となります。

糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満、メタボリック症候群、高尿酸血症、喫煙などの治療や改善が必要です。

## その他のCKD治療

経口吸着炭素製剤	クレメジン®	尿毒症を改善するために、腸から毒素の吸収を抑制する。
カリウム吸着薬	アーガメイト® カリメート®	腸でのカリウム吸収を抑制する。
エリスロポエチン製剤	ミルセラ® ネスプ®	腎性貧血改善のため、現在ではエリスロポエチンそのものを注射投与する。

人間の体の中で臓とつくもの、心臓、腎臓、肝臓、肺臓、膵臓は非常に鈍感に作られているので、終末期にならなければ症状が出ません。ですからeGFRが50くらいでは無症状です。「自分の体は自分が一番よく知っている。何かあれば必ず自分は気が付くはずだ！」と信じて疑っていない方は多いと思いますが、終末期にならなければ絶対に気が付きません。そして終末期になってしまえば、もはや人工透析を受ける以外に救う手だてが無くなってしまいます。「自分はコロッと死ぬから大丈夫」と言われる方も多いのですが、コロッと死ねないから問題なのです。ちゃんと健診を受ける。動脈硬化の原因疾患を持っていたらちゃんと治療を受ける。当たり前のことを一人一人が気を付ければ、透析移行患者を減らすことが出来るはずです。