

## 第12号 健康経営通信

# 「慢性腎臓病」

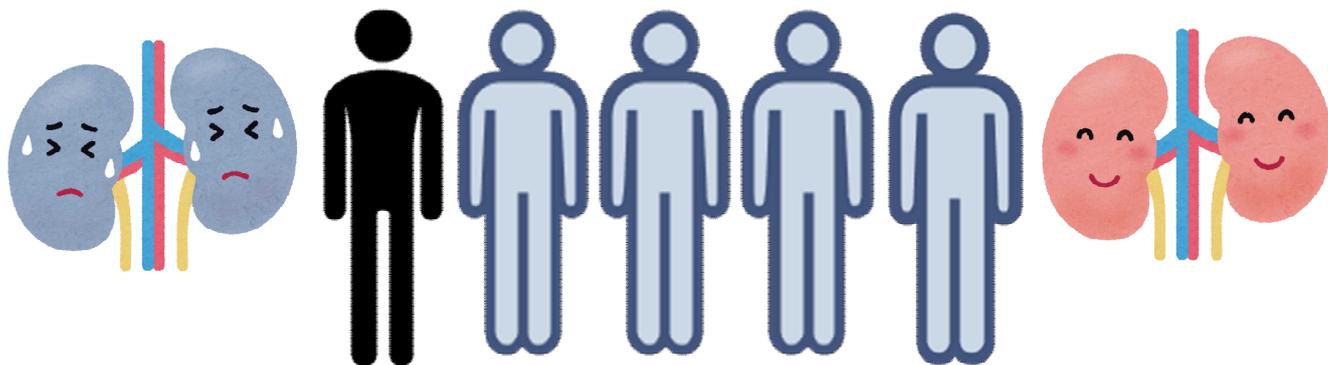
健康増進課より楽しく読める情報をシリーズでお伝えしていきます！  
こんなこと知りたい！といったテーマ募集中！！

富士宮市健康増進課  
22-2727



### 20歳以上の約5人に1人が慢性腎臓病(CKD)

日本の慢性腎臓病の患者数は 約2,000万人と推計されています(CKD診療ガイド2024)



## 検査結果はココを見る！



### イー ジー エフ アール

# eGFR

#### 60未満は医療機関の受診を

腎臓のろ過機能が今のどのくらいあるのかを表す値  
血液検査でわかります

# 尿蛋白

など

#### (1+/2+/3+)は医療機関の受診を

蛋白尿は腎臓の涙！  
泣いている原因を探しましょう

※健診の必須項目ではないため、項目としてないことがあります  
年齢、性別、血清クレアチニン値から求めることができます → → →



日本腎臓学会HP

自覚症状に乏しい腎臓の病気は、

① 健診結果を確認すること

② 受診が必要な場合は、早期から適切な治療を受けることが大切です

慢性腎臓病(CKD)と診断されても、生活習慣を整え、適正に管理すれば

脳卒中や心臓病の危険性を低め、健康寿命を長く保つことができます

健康増進課では、仕事帰りの時間帯に、筋肉量等の測定できる  
「からだチェック」を行います！(要申込)ぜひご利用ください！→→



詳細はこちら  
厚生労働省啓発ツール