

自分の体を大切に！ 生活習慣病は防げます！ ～腎臓病のおはなし～

問い合わせ 社会健康課 ☎2153

**Q 「腎臓」ってどんな臓器？
A 多くの働きをしながら、私たちの生命を支えている重要な臓器です。**

腎臓は血液をろ過して尿をつくりま
す。これによって余分な水分や体に貯
まった老廃物を尿として外に出します。
また、血液中のミネラルやPH（ペー
ハー）を調節しながら、血圧を一定に
保つ物質や、血液をつくったり骨を強
くするホルモンも出しています。
※ PHとは、酸性、アルカリ性の度
合いを示すものです。

**Q 腎臓のはたらきが悪くなる
とどうなるの？
A 恐ろしい慢性腎臓病になり
ます。**

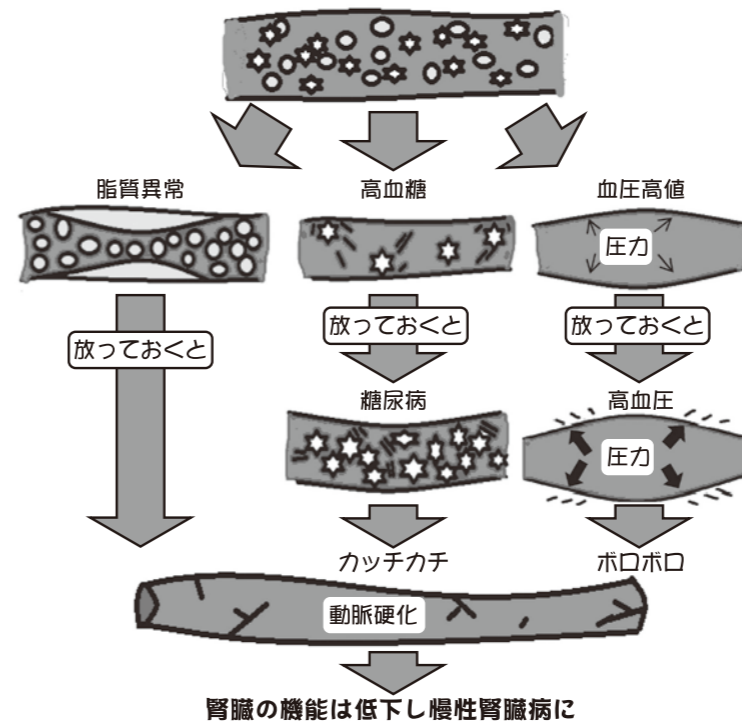
腎臓の働きが悪くなると、体がむく
んだり、高血圧になり、さらには肺に
水が貯まり呼吸ができなくなることも
あります。ミネラルの異常で致死的な
不整脈が出現し、老廃物が貯まり尿毒
症と呼ばれる状態になると意識障害が
出現することもあります。また、骨が
脆くなり、貧血になり、めまい、
動悸、息切れなどの症状が見られます。

Q 放っておくとどうなるの？

A 怖い血管の病気や血液透析が必要な腎不全になります。

生活習慣病が進み血管が硬くなると腎臓の力はますます低下して慢性腎
臓病が進みます。そして死に至る危険がたいへん高くなる心臓や血管の病
気になります。(脳梗塞・脳出血・心筋梗塞など)
さらに、一度壊れた腎臓の細胞は再生しません。腎臓が働かなくなり末
期腎不全になると、腎移植や透析療法が必要になります。
ちなみに、現在透析が必要となってしまう原因となる疾患のおよそ半分
は糖尿病となっています。

過剰な老廃物（脂肪など）・塩分・水分が血管内に増える



人間の腎臓はソラマメのよう
な形をしており、こぶし大の
大きさを腰のあたりに左右に
それぞれ1個あります。

**Q どうすれば腎臓が元気がどうかわか
るの？
A 尿タンパクと血清クレアチニン値
を調べます。**

腎臓の機能は検尿で尿タンパクを調べ、血液検
査で血清クレアチニンの値を測ることでわかりま
す。クレアチニンは主に体の筋肉の代謝産物であ
り、腎機能の低下に伴って血液の中に貯まってい
ます。血清クレアチニンの値が高いと腎臓の働き
が悪くなっていることを表しています。

**Q 健診方法は？
A 個別健診を実施しています。**

現在、市では指定医療機関での個別健診を実施
しています。個別健診は、希望の医療機関で都合
の良い日に受診することができます。
詳しくは「平成25年度大竹市健診・がん検診の
しおり」をご覧ください。しおりは、市役所・各
支所・総合市民会館・各公民館・市ホームページ
にあります。



**Q どうすれば尿タンパクと
血清クレアチニン値がわか
るの？
A 市の健診でもわかります。**

市の実施している「特定健診（国民
健康保険の方）」「一般健診（後期高齢
者医療保険者など）」では尿タンパク検
査や血清クレアチニン値を健診の必須
項目としています。
この機会にぜひ健診を受診して自分
の腎臓が健康かどうかチェックをして
みましょう。



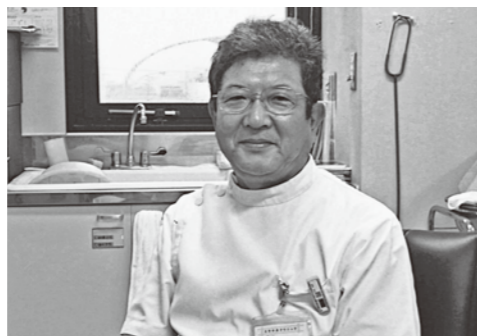
市内実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号	健康診査			
		特定健診 一般健診	がん検診	肝炎ウイルス検診	乳がん 子宮がん 大腸がん
大竹中央クリニック	☎6200	○	○	×	×
大竹外科胃腸科医院	☎5222	○	○	×	×
しまだファミリークリニック	☎33022	○	○	×	×
レディースクリニック とよしま医院	☎37789	○	○	○	×
荒田クリニック	☎34100	○	○	×	×
坪井クリニック	☎28337	○	○	×	×
シルククリニック	☎23313	○	○	○	×
大和橋医院	☎23059	○	○	×	×
本町医院	☎24427	○	○	×	×
松前内科医院	☎22815	○	○	×	×
村井内科胃腸科医院	☎28138	○	○	×	×
渡辺医院	☎31151	○	○	×	×
阿多田診療所	☎37061	○	○	×	×
佐川内科医院	☎72233	○	○	×	×
メープルヒル病院	☎77451	○	○	×	×
広島西医療センター	(代表)☎77151 (受付)☎77183	●	○	○	●

●広島西医療センターでは、一般健診は受診できません。また、「大腸がん検診」と「肝炎ウイルス検診」は特定健診と同時受診の場合のみ受診できます。

生活習慣病は防げます
自分の体を大切にして
ください

大竹市医師会 会長
大竹中央クリニック院長
荒田 寿彦 先生



腎臓病のみならず生活習慣
病を早く知るためには健診が
とても有効です。尿検査や血
液検査などで、どなたでもで
きるものです。生活習慣病は
早めに対応すれば防げる病気
です。自分一人の体ではあり
ません。自分の家族やまわり
の人のためにも自分自身の体
を大切にしてください。