

あなたも 慢性腎臓病(CKD) 8人に1人が...の予備群かもしれません。

紙上採録 CKDセミナー in 東京

2月12日(日)、ニューピアホール(東京都港区)で開催

企画・制作 朝日新聞社メディアビジネス局 広告特集

慢性腎臓病(CKD)を知っていますか?

初期の頃は自覚症状がなく、気づかないうちに進行して、命にも関わることがあるCKD。 早期に発見して、生活習慣の改善や薬物治療で進行を防ぎましょう。

主催 / バイエル薬品株式会社、公益財団法人日本腎臓財団 共催 / 朝日新聞社メディアビジネス局 後援(順不同) / 東京都、日本医師会、東京都医師会、日本腎臓学会、日本透析医学会、日本臨床工芸士会、日本腎不全看護学会、全国腎臓病協議会、東京腎臓病協議会、日本栄養士会、日本薬剤師会、日本腎臓病薬物療法学会、J-CKD、腎臓サポート協会

● 渡部 俊博氏 (バイエル薬品株式会社)

製薬会社の一番の責務は、画期的な新薬を開発してみなさんにお届けすること、発売されている薬剤を安定的にお届けすることです。最近ではもう一つ、みなさんに病気について勉強していただく機会を提供することも製薬会社の社会的責任の一環といわれるようになってきました。今回は、この三つ目の役割である腎臓病について学んでいただく機会です。本日の講演とパネルディスカッションで慢性腎臓病に対するご理解を深めていただければ、われわれとしても大変うれしく思います。

健康十訓(則) (表)をもとにCKD対策を紹介いたします。



昔から養生訓として知られる「健康十訓(則) (表)をもとにCKD対策を紹介いたします。

少糖多果 少衣多浴 少煩多眠 少欲多施 少車多歩

Table with 2 columns: 健康十訓(則) and 生活改善・運動療法. Rows include 少糖多果, 少衣多浴, 少煩多眠, 少欲多施, 少車多歩.

生活改善・運動療法 食事療法

● 浅野 泰氏 (日本腎臓財団 理事長)

CKDはChronic Kidney Diseaseの略で、慢性腎臓病という意味です。日本語だと日本でしか通用しません。毎年3月第2木曜日は「世界腎臓デー」です。このときはCKDという世界共通語が使われるので、みなさんでもできるだけCKDという言葉覚えてください。

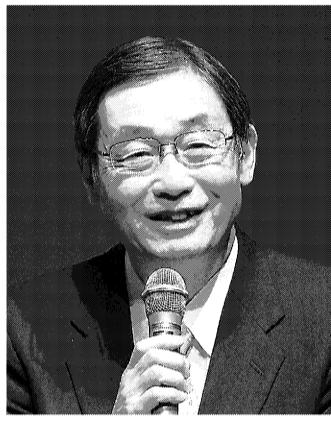
腎臓の主な働きは、老廃物蛋白質が体の中で燃えたゴミを体外に出す、体の水分量を調節する、血液中の電解質を適度な濃度に保つ、血液をつくるホルモンや血圧を調節するホルモンを産生するなどです。



主催者あいさつ

早期発見して管理すれば、進行は抑えられる！ 慢性腎臓病：予防と治療

● 秋澤 忠男先生 (昭和大学医学部内科学講座腎臓内科学部門 客員教授)



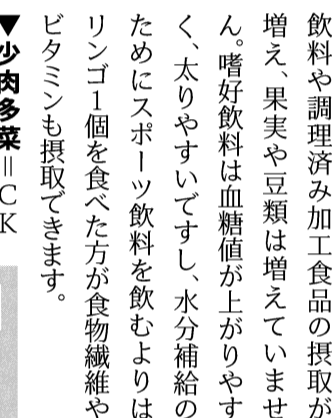
CKDの進行度 (GFR) の値により分類されます(表)。ステージ5になると透析が必要になります。

Table: CKDの進行度(病期). Columns: ステージ, 呼称, 腎機能(GFR) (ml/分1.73m2). Rows: G1, G2, G3a, G3b, G4, G5.

CKDはきちんと管理すれば進行を抑えることができます。CKDの予防と早期発見のためには毎年健診を受け、蛋白尿・血尿などのチェックをし、異常があれば医療機関を受診することが原則です。

食塩と蛋白質の摂りすぎに注意しよう！ 慢性腎臓病予防は食生活の見直しから始めよう！

● 市川 和子先生 (川崎医療福祉大学 臨床栄養学専攻 特任准教授)



飲料や調理済み加工食品の摂取が増え、果実や豆類は増えていませぬ。嗜好飲料は血糖値が上がります。

中にあるので、カリウムを多く含む野菜は細かく切る、熱を加える、炒めるなどすることでカリウムが細胞膜の外に出ていきます。

CKDの食事療法のポイント

● パネリスト 秋澤 忠男先生、市川 和子先生

● コーディネーター 西沢 邦浩氏

カリウムやリンの摂りすぎにも注意

カリウム 会場のみなさんから食事に関する質問が多く寄せられました。なかでも「カリウムは腎臓から排出されるので、通常通りもしくは多めに摂ると体内にたまってきます。」



西沢 邦浩氏

市川 糖尿病、高血圧、尿酸値が高い場合などはある程度の制限が必要ですが、適量を守ればむしろ健康によいとされています。

秋澤 リンについてはいかがでしょうか。リンについては、最初注目されたのは実は透析患者さんです。



西沢 本日はありがとうございます。インターネットでもこの採録をご覧いただけます。 >>> http://www.asahi.com/ad/ckd2017t/

Bayer logo and advertisement for Science For A Better Life. Text: 早く治ってほしいという願いを、チカラに。 Science For A Better Life よりよい暮らしのためのサイエンス

日本腎臓財団のご紹介. Text: 日本腎臓財団は、昭和47年に設立され、平成23年11月にはその高い公益性が改めて高く評価されて公益財団法人の認定を受けています。