

腎臓を守ろう! やっぱり避けたい人工透析

10月30日にヘルスケアセンターまむろ川にて、腎臓病予防講演会が開催されました。県立新庄病院の佐藤一賢医師を講師に招き、透析医療の現状と慢性腎臓病について説明して頂きました。

●腎臓の働き

体を循環している血液をろ過して不要物や水分を体外に排泄します。

●腎臓の働きが低下すると

本来なら排泄されなかったたん白や血液が尿に混ざって排出され、不要物のろ過ができなくなります。

【症状】むくみ、倦怠感、食欲不振、蛋白尿、血尿など

※自覚症状が出現してから腎不全までは短期間で移行し、透析となってしまいます。

●腎臓病を予防するために

☆早期発見・早期治療が大切です

→たん白が出ているかどうかを確認できる尿検査は大変重要です。

☆生活習慣を改善しましょう

→食べ過ぎ、飲み過ぎ、喫煙など生活習慣をもう一度見直し改善しましょう。塩分は控えめに! 1日6g未満



最上管内の透析の現状

- ・平成25年度新規透析導入患者は36人で年々増加
- ・平均年齢66.8歳と高齢化している
- ・透析導入の原疾患は糖尿病と慢性糸球体腎炎

腎臓の健康状態を知るための検査

- ①尿検査：たん白尿検査は腎臓が壊れていることを知るための検査。
 - ②クレアチニン検査：本来は尿として排泄される老廃物（クレアチニン）が血中にどのくらいあるかを調べることで、腎機能の低下を知ることができる。
 - ③尿素窒素：本来は尿として排泄される、血液中の尿素に含まれる窒素。腎機能が低下すると、ろ過しきれずに血中に溜まるため、値が高くなる。
 - ④尿酸値：主に肥満によって増える物質。高尿酸状態を放置すると腎臓の血管に炎症が起きて、腎不全のリスクが高くなる。
- (②③④は血液検査です)

あなたと家族のために検診を受けましょう!!

小児救急講習会開催

須藤医院の須藤昌亮医師を講師に「乳幼児の急病時の対応について」の講習会を開催し、発熱時や、下痢など、子どもにおこりやすい急な不調が生じた際の対応や観察項目についてお聞きしました。

また、子どもの急な体調不調への対応の一つとして山形県救急電話相談事業があります。医師や看護師が電話で対応します。急な病気で困った際は、ご利用ください。



【小児救急電話相談】小児:15歳未満対象

相談日 毎日 相談時間 19時～22時(3時間)

電話番号 #8000(県内のプッシュ回線・携帯電話)
023-633-0799(ダイヤル回線・IP電話・PHS)

●お問い合わせ先……………福祉課 健康長寿推進担当 ☎62-3436