

たんぱく

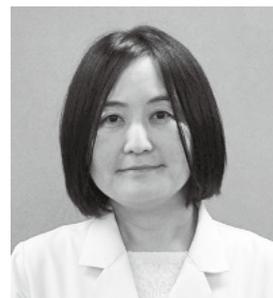
蛋白尿・血尿に気を付けよう

●蛋白尿・血尿とは？

蛋白尿・血尿は尿検査によって判断します。

蛋白尿は尿中にタンパク質が漏れ出ている状態、血尿は尿中に血液中の成分(赤血球)が漏れ出ている状態です。(尿の色が赤くなくても血尿の場合があります)

通常、病気がない人は尿中にタンパク質や血が出ることはありません。



庄原赤十字病院
腎臓内科 本田 由美

●なぜ蛋白尿・血尿を調べるの？

蛋白尿・血尿を調べると、いろいろな病気を発見するのに非常に役立ちます。

蛋白尿と血尿が認められる場合	血尿が主に認められる場合
<ul style="list-style-type: none"> ▶慢性糸球体腎炎、糖尿病性腎症など腎臓の病気 ▶高血圧による腎障害 ▶膠原病による腎障害など 	<ul style="list-style-type: none"> ▶泌尿器の結石、がん ▶ぼうこう炎、前立腺炎など

※蛋白尿・血尿が出たら注意が必要です。

●蛋白尿や血尿は慢性腎臓病の一つの症状です。

慢性腎臓病の定義

- ①尿異常、画像診断、血液、病理で腎障害の存在が明らか。特に蛋白尿の存在が重要。
 - ②糸球体ろ過量(GFR)60ml/分/1.73㎡未満の腎機能低下。
- ①・②のいずれか、または両方が3カ月以上持続する。

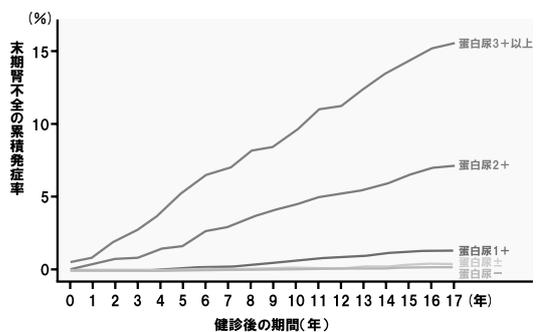
蛋白尿や血尿、腎機能障害が3カ月以上続くと慢性腎臓病と定義されます。

●蛋白尿の程度が大きくなるほど末期腎不全に至るリスクが高くなります。

持続する蛋白尿は腎不全と関係します。蛋白尿の程度が大きくなるほど末期腎不全に至るリスクが高くなります。また、蛋白尿や腎機能の低下があると脳卒中や心筋梗塞などの心血管疾患で亡くなるリスクも高くなります。

蛋白尿や血尿は、放置せず早めに適切な診断・治療を受け、病気の進行を防ぐことが重要です。また、慢性腎臓病の発症やその進行には高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病が強く関係するほか、肥満、食塩の過剰摂取、過度の飲酒、喫煙などの生活習慣も深く関係しています。生活習慣の改善や早期に適切な治療を受けることで、慢性腎臓病の発症や末期腎不全、心血管疾患への進行を遅らせることができます。

健診時の蛋白尿の程度(試験紙法)別の
累積末期腎不全発症率(沖縄県)



(Isaki K. et al. Kidney Int 2003;63:1468-1474, より引用、改変)
CKD診療ガイド2012 p.8 図4

●検査しましょう

定期的な尿検査で現状の把握、および早期発見を心掛けましょう。

※こんな人には尿検査をお勧めします。

- 尿の異常に気が付いた人(尿の色、回数、におい、泡立ちなど)
- 定期健診などの尿検査で蛋白尿や血尿を指摘され、再検査を受けていない人
- 自覚症状が無いからといって、定期検診を受けていない人
- 最近健康診断を受けていない人



●蛋白尿・血尿を見つけたら

- ①かかりつけの医師や近くの医療機関に相談してください。
- ②かかりつけの医師などから専門医を紹介された場合は受診し、専門医の指示に従いましょう。

**蛋白尿・血尿に気をつけて早期発見・
早期治療につなげましょう。**