

朝礼用原稿 3月号



愛鉄連健康保険組合から「健康ニュース」についてお知らせします。

【健康ニュース】

今回のテーマは、「よく見て！腎機能検査」です。毎年、3月の第2木曜日は「世界腎臓デー」です。慢性腎臓病は、初期には自覚症状がなく、むくみや体のだるさなど自覚症状がみられた時には、かなり進行していることがありますので、定期健康診断で行われる腎機能検査の結果をよく見ておく必要があります。慢性腎臓病は、進行すると透析が必要になり、血液透析の場合ですと、週3回通院し、血管に針を刺して、1回3～4時間かけて血液を透析の機械でろ過させて、老廃物を取り除かなければなりません。また、慢性腎臓病の人は、脳卒中や心筋梗塞を起こす危険が高いため、予防と早期発見・早期治療が必要です。

<定期健康診断で行われる腎機能検査>

○たんぱく尿検査

尿を採取して、尿中のたんぱく濃度を調べる検査です。腎臓の働きが正常な場合、腎臓内でろ過されずに体内に戻ったり、ろ過されても腎臓内で再吸収されるので尿中には排出されません。検査の結果が「+(ワンプラス)」以上の場合、たんぱくの濃度が高く、異常があることを示しています。時々生まれつきたんぱく尿がでる方がいらっしゃいますが、慢性腎臓病になっていく場合もありますので、会社の定期健診で要精密検査または要医療の判定結果の場合、必ず速やかに受診しましょう。

○血清クレアチニン検査

「クレアチニン」は、血液中に含まれる老廃物の一種で、血液検査によってその濃度を調べます。腎臓の働きに異常があると、値が高くなります。法律で定められた定期健診項目ではありませんが愛鉄連健康保険組合では、慢性腎臓病を早期に発見するために、当組合契約健診機関による定期健診項目では、この検査を実施しています。血清クレアチニン検査の基準値は、厳密には、年齢、性別で異なり、筋肉量の多い人は高く、筋肉量が少ない人は低くなります。そのため、要精密検査または要医療で受診されても異常なしと診断される場合がありますが、慢性腎臓病の初期は自覚症状がありませんので、必ず速やかに受診しましょう。

受診診療科は、できれば腎臓内科、お近くになれば内科を受診しましょう。日本腎臓学会のホームページに、同学会が認定した専門医名簿を閲覧することができますので、参考にしてください。