

GFRと蛋白尿で どのステージにいるか確認しましょう

原疾患		蛋白尿区分	A1	A2	A3
糖尿病	尿アルブミン定量 (mg/日)		正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿
	尿アルブミン/Cr比 (mg/gCr)		30未満	30~299	300以上
高血圧 腎炎 多発性嚢胞腎 移植腎 不明 その他	尿蛋白定量 (g/日)		正常	軽度蛋白尿	高度蛋白尿
	尿蛋白/Cr比 (g/gCr)		0.15未満	0.15~0.49	0.50以上
GFR区分 (ml/分/ 1.73m)	G1 正常または 高値	≥90			
	G2 正常または 軽度低下	60~89			
	G3a 軽度~ 中等度低下	45~59			
	G3b 中等度~ 高度低下	30~44			
	G4 高度低下	15~29			
	G5 末期腎不全 (ESKD)	<15			

(KDIGO CKD guidelineを日本人用に改変)
引用:CKD診療ガイドライン2018(日本腎臓学会)

- 重症度は原疾患・GFR区分・蛋白尿区分を合わせたステージにより評価する。
- CKDの重症度は死亡、末期腎不全、心血管死発症のリスクを緑■のステージを基準に、黄■、オレンジ■、赤■の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する。

腎臓の状態を知り、腎臓を守るために

慢性腎臓病(CKD)は、腎障害や腎機能の低下が持続する疾患です。

はじめは自覚症状がありません。放置すると、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患の合併や、末期腎不全への進行をもたらします。

しかし、血液・尿検査で診断が可能であり、早期発見・治療により、腎臓病の改善や、進行を遅らせることが期待できます。**自分の腎機能を知り、腎臓を守るために、このシートを活用しましょう。**

腎臓の働きを確認する eGFR(推算糸球体濾過量)とは

糸球体が1分間にどれくらいの血液を濾過して尿を作れるかを示す値で、腎臓の働きを確認することができます。

健康な人では、GFRは100ml/分/1.73㎡前後ですが、腎臓の働きが悪くなるとGFRの値は低くなります。

一般的な腎機能の変化は、3年間で約1ml/min/1.73㎡下がります。

GFRグラフの使い方

- 健診や診察で、eGFRなどの検査を実施した際は、グラフに書き込み、自分の腎臓の状態を確認しましょう。
- GFRグラフから、将来的な腎機能の低下を予測することができます。