

私の腎臓はどの段階にあるのか、障害を進めないためにどうしたらいいか

進行度による分類	ステージ 1	ステージ 2	ステージ 3	ステージ 4	ステージ5
腎臓の段階	正常領域	腎予備力の低下	腎機能障害期	腎機能不全期	尿毒症期 (人工透析)
糸球体ろ過量(GFR) (ml/分/1.73m ²)	90 以上	60~89	30~59	15~29	15 未満

条件	加 齢	30歳代から糸球体ろ過率は年間約1ml/分/1.73m ² 減少	加齢による腎機能の低下は血圧と比例 高血圧では年間4~8ml/分/1.73m ² 減少		
----	-----	---	---	--	--

腎臓に関する検査項目	尿検査	微量アルブミン	正常 ~30mg 未満	微量アルブミン尿 30~300mg	顕性たん白尿 ↓ 陽性(+)	量が多いほど腎障害は進行する
		たん白	陰性 (-)	(-)~(±)		
		潜血	陰性 (-)	(-)~(±)		
	血液検査	尿素窒素	8~20mg/dl		21~29mg/dl	30~60mg/dl
血清クレアチニン		男 0.7 ~ 1.2mg/dl 女 0.5 ~ 1.0mg/dl			1.3~2.0mg/dl	2.1~5.0mg/dl

腎機能に影響する因子をみる検査	血圧	収縮期	130mmHg未満	120mmHg未満	高血圧治療ガイドライン2004に基づき、厳格な管理が重要	
		拡張期	80mmHg未満	75mmHg未満		
	尿酸	男性	4.0~7.0mg/dl	高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン(第1版)では、尿酸 6.0mg/dl以下が望ましいと推奨		
		女性	3.0~5.5mg/dl			
	糖代謝	空腹時血糖	109mg/dl未満	糖尿病性腎症については、糖尿病治療ガイド(2006-2007)に基づき、HbA1c 6.5%未満に管理		
		HbA1c	5.5%未満			
	BMI	~24.9	メタボリックシンドローム診断基準に基づき、管理			
	ウエスト周囲径	男性 85cm未満 女性 90cm未満				
	中性脂肪	~149mg/dl				
	HDLコレステロール	40mg/dl以上				
LDLコレステロール	~120mg/dl	動脈硬化性疾患予防ガイドライン(2007年版)に基づき、管理 CKDの場合、可能なら100mg/dl未満を推奨				

※糸球体ろ過量(GFR)を出すには次の項目が必要
①血清クレアチニン値 ②年齢 ③性別

腎機能が正常でも危険因子がある場合スクリーニングのため詳細な検査が必要	腎機能検査	尿検査 <small>尿沈査:腎尿路の障害部位、程度、活動性を反映 尿比重 尿PH 尿中酵素など</small>	現在、糸球体ろ過量(GFR)は改訂MDRD簡易式で推算
		糸球体ろ過量 クレアチニン・クレアチン	24時間全蓄尿・採血
		画像診断	超音波、X線、CT、造影剤を使った検査 今後、日本腎臓学会から日本人用のGFR推算式が示されたときは、これに順じて変更予定
		腎生検	腎臓の組織を取って調べる(数日入院が必要)
	他の臓器障害を見る検査	心臓(冠動脈)	安静時心電図検査→所見のある場合は精密検査 心エコー検査、負荷心電図など
		脳血管	頸動脈超音波検査→所見のある場合は精密検査 頭部CT(MRI・MRA)など
		全身の血管	血管内皮機能検査(高感度CRP)、動脈波伝播速度(PWV)、上下肢血圧比(ABI)など

*「CKD診療ガイド 日本腎臓学会編(2007. 5. 23修正)」より なお、本表中の「腎臓の段階」は別冊NHKきょうの健康「これだけは知っておきたい腎臓病」より一部引用・改変