

## 血糖のコントロールで糖尿病性腎症は防ぐことができます

病期分類		第1期 (腎症前期)	第2期 (早期腎症期)	第3期A (顕性腎症前期)	第3期B (顕性腎症後期)	第4期 (腎不全期)	第5期 (透析療法期)																					
				ごく小さなたんぱくが尿にもれ出る この段階が早期腎症		この段階の改善のポイントは 降圧!		尿検査による総たんぱく質量(目安量 g)																				
腎機能をみる検査	尿検査	アルブミン 29mg以下	★微量アルブミン尿 30~299mg	尿蛋白(±)~(+) 持続性たんぱく尿 1g/日未満	尿蛋白(2+)~ 持続性たんぱく尿 1g/日以上	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>—</th> <th>±</th> <th>+</th> <th>2+</th> <th>3+</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>100cc中</td> <td>0.015 以下</td> <td>0.015 ~0.024</td> <td>0.025 ~0.064</td> <td>0.065 ~0.2</td> <td>0.2~ 0.4</td> </tr> <tr> <td>平均尿量 1500cc</td> <td>0.2 以下</td> <td>0.2~ 0.4</td> <td>0.4 ~1</td> <td>1~3</td> <td>3~6</td> </tr> </tbody> </table>						—	±	+	2+	3+	100cc中	0.015 以下	0.015 ~0.024	0.025 ~0.064	0.065 ~0.2	0.2~ 0.4	平均尿量 1500cc	0.2 以下	0.2~ 0.4	0.4 ~1	1~3	3~6
		—	±			+	2+	3+																				
	100cc中	0.015 以下	0.015 ~0.024	0.025 ~0.064	0.065 ~0.2	0.2~ 0.4																						
平均尿量 1500cc	0.2 以下	0.2~ 0.4	0.4 ~1	1~3	3~6																							
糸球体ろ過量(GFR)	GFR 90以上		GFR 60以上		低下 GFR 60未満		著明に低下 GFR 30未満																					
血液	腎機能を表す血液検査に異常は表れない					血清クレアチニン上昇 高窒素血症																						
他の検査	血糖	コントロール指標はHbA1cを重視 HbA1c 5.8%未満を目指す 6.5%未満までコントロール良好 *1																										
	血圧	130/80mmHg未満			125/75mmHg 未満																							
	脂質	中性脂肪 150mg/dl未満、LDLコレステロール 120mg/dl未満(冠動脈疾患あれば100mg/dl未満) HDLコレステロール 40mg/dl以上、総コレステロール 200mg/dl未満(冠動脈疾患があれば180mg/dl未満)																										
治療のポイント	食事	糖尿病食が基本					水分制限																					
	運動	糖尿病の運動療法		過激な運動不可		運動制限 体力維持程度		運動制限 散歩・ラジオ体操可																				

★非糖尿病性腎疾患の合併もあることから微量アルブミン尿が出たら、一度腎臓専門医に紹介するのが望ましい

科学的根拠に基づく糖尿病診療ガイドライン」より