

あなたの腎臓は大丈夫？

慢性腎臓病(CKD)を予防しよう

慢性腎臓病(CKD)の患者さんは、全国で約2,000万人(成人の5人に1人)いると考えられ、「新たな国民病」ともいわれています。慢性腎臓病は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病とも関係が深く、重症化すると人工透析が必要になる場合や、心筋梗塞や脳卒中などの要因となる場合もあります。講演会では、慢性腎臓病の予防や治療、日常生活の注意点などについてわかりやすくお話していただきます。

令和8年 **3月15日** (日)

富山県民会館 304号室

10:00~12:00 (受付 9:30~)

富山市新総曲輪4番18号 ☎076-432-3111

10:10~10:55

慢性腎臓病(CKD)に負けないために

富山市立富山市民病院 富山市病院事業管理者
日本腎臓病協会CKD対策部会富山県支部代表

石田 陽一 先生



11:00~11:45

腎臓を守ろう~健康な生活を送るために~

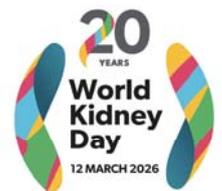
富山市立富山市民病院 看護部 透析内科副主幹
透析看護認定看護師 腎臓病療養指導士 腎代替療法専門指導士

松木 理浩 先生



参加費
無料
(事前申込制)

事前申込は
右記二次元コードまたは
下記の FAX 送信票から



毎年3月の第2木曜日は
世界腎臓デーです

FAXはこちらまで(24時間受付中)

宛先 NPO法人富山県腎友会 宛



076-407-5086

氏名	電話番号	年代(○で囲む)
様		20代 30代 40代 50代 60代 70代以上
様		20代 30代 40代 50代 60代 70代以上
様		20代 30代 40代 50代 60代 70代以上

申込
締切

3/11
(水)



主催 富山県 NPO法人富山県腎友会
後援 富山市 富山県医師会 富山県透析医会 富山市医師会 富山県看護協会 富山県栄養士会
問合せ NPO法人富山県腎友会(月~金 10:00~15:00)
TEL 076-407-5085 FAX 076-407-5086 E-mail tjk@polka.ocn.ne.jp

成人の5人に1人が慢性腎臓病 (CKD)

～腎臓を守るために、まず知ることから～

慢性腎臓病 (CKD) とは～腎臓を守ろう～

- 腎障害や腎機能の低下が3か月以上続いている状態です。
- 初期には自覚症状がほとんどなく、症状を自覚したときには既に病状が進行しているというケースも少なくありません。
- 進行すると、夜間尿や立ちくらみ、体のだるさや手足のむくみ、息切れなどの症状が出す。さらに進行すると、透析や腎臓移植が必要となる可能性があります。
- 糖尿病、高血圧、脂質異常症、高尿酸血症等の生活習慣病は、慢性腎臓病を発症する可能性が高くなります。

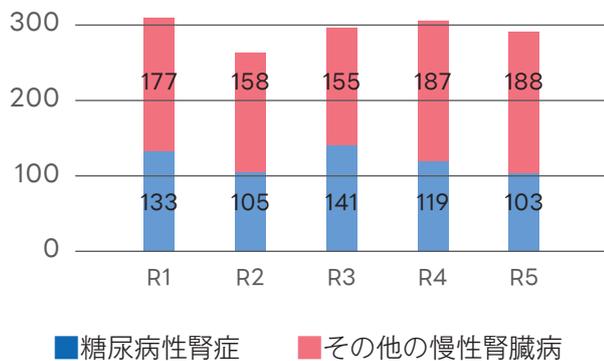
腎臓を守るカギ

- 健康診断で、尿たんぱくやeGFR (血液検査でわかる腎機能を表す指標) に異常があった場合は、医療機関を受診しましょう。
- 腎機能はある程度まで低下すると、もとの戻すことは難しく、早期発見・早期治療がとても重要です。
- 生活習慣の改善で腎機能悪化を予防できます。
 - ① 血圧コントロール
 - ② メタボリックシンドローム予防
 - ③ バランスの良い食事
 - ④ 適度な運動
 - ⑤ 禁煙・適切な飲酒

腎機能が低下すると人工透析が必要になる場合があります。

富山県では毎年約300人の方が慢性腎臓病により透析導入となっています。

富山県における慢性腎臓病による
新規透析導入患者の状況



人工透析とは

機能の低下した腎臓に代わり、体内に溜まった老廃物や毒素、余分な水分をろ過する治療。

治療は週2～3回、1回4～5時間程度です。

医療費は年間約500万円かかるといわれています。

