

東京都における CKD普及啓発活動

2022年12月版

都代表 福井 亮
副代表 南学正臣

代表 西 裕志
鈴木祐介
横尾 隆
菅野義彦
要 伸也

地区幹事 石橋由孝
松浦友一
井尾浩章
尾田高志

東京慈恵会医科大学
東京大学医学部附属病院

東京大学医学部附属病院
順天堂大学大学院医学研究科
東京慈恵会医科大学
東京医科大学
杏林大学医学部

日本赤十字社医療センター
国立病院機構東京医療センター
順天堂大学医学部附属練馬病院
東京医大八王子医療センター

腎臓からのSOSを見逃していませんか?

自覚症状に乏しい腎臓の病気は、早期から適切な治療を受けることが大切です。

健診結果を見直してみよう

尿検査	糖	(-)	腎機能	尿素窒素	12.1
	蛋白	(1+)		クレアチニン	1.1
	潜血	(-)		eGFR	56.9

60未満は医療機関を受診を

自分の腎臓と長くつきあうための第一歩
かかりつけ医に相談しましょう。

安心して治療を受けられる医療体制の整備に取り組んでいます

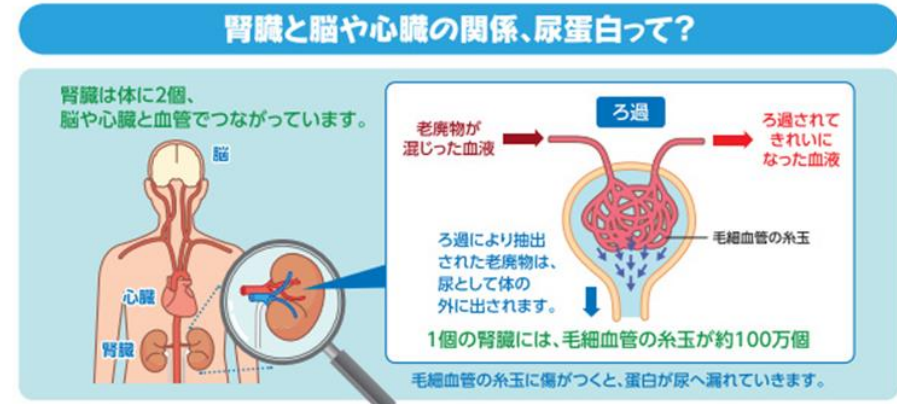
かかりつけ医等と腎臓専門医療機関(専門医等)が連携して診療(2人主治医制)、
メディカルスタッフとともに療養指導にあたります。

2人主治医制

かかりつけ医 紹介 腎臓専門医療機関(専門医等) 紹介

療養指導

厚生労働省



健診で尿蛋白が「+」と出たけど、どういう意味でしょう?

腎臓は毛細血管が糸玉のようなかたまりになったものが集まった臓器です。この血管の糸玉で、老廃物のろ過をしています。

尿蛋白が陽性ということは、この血管の糸玉に傷がついて、本来、体の外には出ていけない蛋白が尿へ漏れていることを示しています。

痛くもないし、体調も悪くないから、このまま様子を見ようかな。

尿蛋白は腎臓の血管の糸玉に傷がついているサインです。同じ血液が流れる全身の血管の傷も疑われ、脳卒中や心臓病の危険性が高まるのが知られています。

腎臓の機能が低下した状態や尿蛋白陽性が持続する状態を慢性腎臓病(CKD)といいます。症状がないため、放置してしまうと徐々に腎臓の機能が悪くなり、むくみや貧血が進み、さらに進行すると透析が必要になります。

できるだけ長く元気に暮らしていくためにはどうしたらいいの?

早期の受診が大切です。元々、腎臓の機能は、血管の老化により加齢とともに低下し、さらに血管を傷めるような病気、糖尿病や高血圧症等があるとCKDの進行が早まります。逆に、これらの病気をしっかり治療すれば、CKDの進行をコントロールすることができます。

CKDをきちんと管理すれば、脳卒中や心臓病の危険性を低め、健康寿命を長く保つことができます。厚生労働省では、かかりつけ医と専門医等の2人主治医制を推奨しています。2人の医師が治療をしっかりサポートして、あなたの腎臓を守ります。

安心して受診を

腎疾患対策のページへ
厚生労働省 腎臓 検索

右上へつづく

東京都で実践・検討している普及啓発活動の例 —2028年までに透析導入10%減を目指すために—

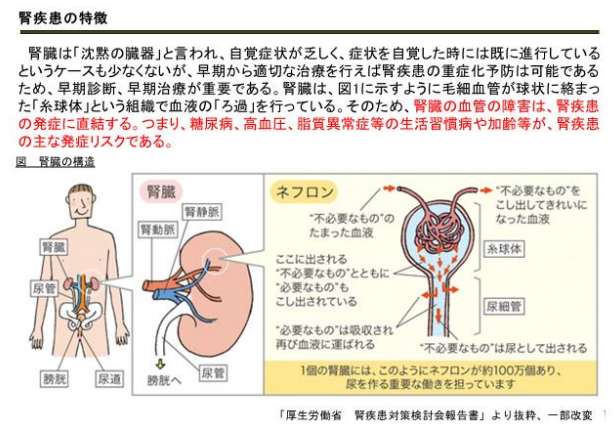
- ・ 検討会報告書（左下図）や厚労省ポスター（表紙）にもあるように、「腎臓は血管の塊であり、CKDは腎血管の障害」と伝えることは有用と考えられる。
- ・ 医療者には、紹介基準の更なる活用や、重症CKDを効率的に抽出して早期介入につなげるため、蛋白尿の意義を啓発することが必要と考えられる。
- ・ 腎臓専門医には、様々なCKD診療の担い手と連携した院内外でのCKD啓発、腎移植の啓発等も期待される（医療連携の資料参照）。
- ・ 多くの社員（市民）と医療者（産業医、医療スタッフ）に同時に啓発できる場として、**企業と連携した啓発活動は有用**と考えられる。
- ・ 今後は、従来の啓発活動ではアプローチしにくいターゲットへの啓発や、**より効率的効果的で持続可能な啓発活動方法**の検討をおこなっていきたい。

非医療者（行政、市民、患者、医療情報担当者等）への啓発

ポスター、動画、市民講座、社内研修会、行政訪問、CKDシール等による啓発を実践している。特に、「**腎臓は血管の塊であり、CKDは腎血管の障害**」と伝えることは有用と考えられる。また、蛋白尿で尿が泡立つことの周知も有用である可能性がある。

期待される効果：

- ・ 糖尿病や高血圧が主な原疾患であり、それらの治療がCKDに対する治療でもあることがわかる。
- ・ 蛋白尿の意義がわかる。
- ・ CKDと脳血管疾患（CVD）の関係がわかる。
- ・ 健診受診率や治療継続率の向上につながる。
- ・ 糖尿病性腎症重症化予防PGの充実につながる。



医療者（かかりつけ医、非腎臓医、医療スタッフ、行政等）への啓発

ガイドライン等の資材配布、各種講演会、院内勉強会、医師会・協会けんぽ・行政等への訪問、CKDシール等による啓発を実践している。特に、「健診の必須項目であり、CKD診療に特徴的な、**蛋白尿の意義の啓発**」が必要と考えられる。

また、自施設での尿検査が困難な場合などには、**健診の受診勧奨**や、**他院での検査結果を確認**して頂くことは有用である。

期待される効果：

- ・ 紹介基準（下図）の更なる活用につながる。
- ・ eGFR45以上のCKD診断や紹介の増加・早期化につながる。
- ・ 重症CKDへの効率的な介入につながる。

かかりつけ医から腎臓専門医・専門医療機関への紹介基準

（作成：日本腎臓学会、監修：日本医師会）
平成30年2月27日に日本腎臓学会および日本糖尿病学会HPIに公開、CKD診療ガイドライン2018掲載

原疾患	蛋白尿区分	A1	A2	A3
糖尿病	尿アルブミン定量 (mg/日) 尿アルブミン/Cr比 (mg/gCr)	正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿
		30未満	30~299	300以上
		正常 (-)	軽度蛋白尿 (±)	高度蛋白尿 (+~)
高血圧 腎炎 多発性骨髄腫 その他	尿蛋白定量 (g/日) 尿蛋白/Cr比 (g/gCr)	0.15未満	0.15~0.49	0.50以上
		G1 正常または高値 ≥90	40歳未満は紹介、40歳以上は生活指導・診療継続	紹介
		G2 正常または軽度低下 60~89	40歳未満は紹介、40歳以上は生活指導・診療継続	紹介
GFR区分 (mL分/1.73m ²)		G3a 軽度~中等度低下 45~59	紹介	紹介
		G3b 中等度~高度低下 30~44	紹介	紹介
		G4 高度低下 15~29	紹介	紹介
		G5 末期腎不全 <15	紹介	紹介
		G6 末期腎不全 <15	紹介	紹介

- ①尿蛋白(-)の場合、40歳未満ならeGFR<60で紹介、40歳以上ならeGFR<45で紹介
- ②尿蛋白(±)の場合、血尿(+)なら紹介、血尿(-)ならeGFR<60で紹介
- ③尿蛋白(+)以上の場合は紹介

様々な対象への啓発の例

某社と連携した普及啓発活動



食堂でCKD動画公開

同社診療所に「世界腎臓デーコーナー」を設置

その他、会議室、役員席、全国の複数の支社でも公開

東京都のCKDポスター、高血圧、脂質のポスターも掲載

図書館と連携した普及啓発活動



みなと図書館 腎臓コーナー (2021年3月30日撮影)

都立中央図書館 腎臓病のミニ展示 (2021年6月28日撮影)

昨年に引き続き、世界腎臓デーの時期に実施

タイトル: 知ろう! 腎臓病 場所: 1階 健康・医療情報コーナー 期間: 2021年6月4日(金)~2021年8月4日(水)

血管疾患の1種としてCKDを啓発 — 2022年世界腎臓デー啓発イベントの開催 —

当日参加 OK

THE JIKEI UNIVERSITY SCHOOL OF MEDICINE SHINATO-KU, TOKYO

WORLD KIDNEY DAY 2022.3.10. 世界腎臓デー

<実施にあたっての留意点>
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご来場の際はご来場前にお電話にて最新情報をご確認の上、マスク着用をお願いいたします。また、体温測定が37.5以上の発熱がある場合は、ご来場をお控えください。

慈恵 World Kidney Day 2022

日本人の8人に1人は慢性腎臓病です。

3/9 水

14:30~20:00

東京慈恵会医科大学の現役医師、管理栄養士などが腎臓についての講演会や減塩指導、からだチェックを行います！

講演会 リーブラホール	① 15:00-15:30	腎臓の栄養の話
	② 16:00-16:30	医師による健康診査結果の見方について
	③ 17:00-17:30	厚労省担当官兼腎臓内科医から見た腎疾患対策の今後
	④ 18:30-19:00	医師による健康診査結果の見方について
	⑤ 19:00-19:30	腎臓専門医による尿蛋白について

減塩料理指導
リーブラ料理室
15:40~18:00

・減塩料理のデモンストレーション
①15:40~ ②17:45~ 各15分程度
・オリジナルのレシピ配布 など
減塩料理を体験できる、サンプル品を配布します。
先着：200名

からだチェック
コーナー
芝浦区民協働
スペース
15:00~18:00

各種測定と、医師による解説を体験できます。
・血圧測定
・塩分摂取量の測定
・血管年齢
・骨密度測定
・ロコモティブシンドロームチェック など

3/10 木

9:00~17:00

芝浦区民協働スペースにて、腎臓に関する展示を行います。



主催：東京慈恵会医科大学 腎臓・高血圧内科
共催：港区
後援：NPO法人 日本腎臓病協会、NPO法人 腎臓サポート協会、みなとCKD連携の会、ビオスグループ株式会社

・東京慈恵会医科大学腎臓・高血圧内科主催、港区共催、みなとCKD連携の会 後援、厚生労働科学研究費補助金（腎疾患政策研究事業）「慢性腎臓病（CKD）に対する全国での普及啓発の推進、地域における診療連携体制構築を介した医療への貢献」（研究代表者 伊藤孝史）のご支援のもと実施した。

・CKDを血管疾患の1種ととらえ、高血圧症、減塩教室、からだチェック（身体計測、血圧、尿検査、AGE、ロコモチェック、血管年齢、骨密度）等、広く生活習慣病や健康長寿に貢献できる体験型のイベントとして開催した。

・行政、医療情報担当者、療養指導士を含むメディカルスタッフ、みなとCKD連携の会、若手を中心とした同科医局員への啓発効果（同科松本医師を中心に、後期研修医が実務を担当）も得られた。

・コロナ禍で入場者数を制限する必要があったため、十分な開催案内は行えなかったが、来場動機の上位は、QRコード付きポケットティッシュ、港区広報、家族・知人からの情報、特設HP、ポスターの順であった。

・同科世界腎臓デー特設HPで講演スライドを公開している。
<https://wkd.jikei-kidneyht.jp/2022/>

