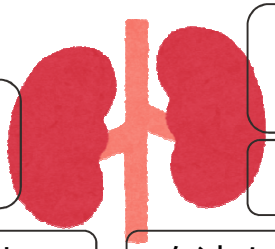
vol.105　2023年 10月

糖尿病3大合併症のひとつ

糖尿病性腎症

腎臓の5つの役割



- 老廃物を体の外に排泄する
- 体液量やイオンバランスを調整する
- 骨を強くする
- 血圧を調整する
- 血液をつくる指示を出す

糖尿病性腎症の治療は 血糖　血圧　脂質 が重要です

- 血糖コントロール目標値（HbA1c 7.0%未満）を意識しましょう
- 食事療法では 減塩を心がけ 食物繊維をたっぷりとりましょう
- 血圧の目標値（130/80 mmHg）を意識しましょう
- 血液中の脂質（コレステロール）を意識しましょう
- 体重を意識し、肥満にならない生活習慣を心がけましょう

適切な早期治療のためには 尿中微量アルブミン検査 が有用です

糖尿病性腎症は自覚症状がない **1期** から徐々に進行します。
アルブミン尿が出はじめる **2期** は、とても重要な時期です。
この時期に適切な治療をすれば、腎症の進行がとまり、アルブミン尿が消失する可能性もあります。
糖尿病性腎症の場合、ごくわずかしか尿中アルブミンが検出されません。ごくわずかのアルブミンでも検出できる「尿中微量アルブミン」の検査をすることで、糖尿病性腎症を早期に発見することが可能になります。

尿検査で早期に腎症を発見

尿検査と血液検査で腎症の重症度がわかります

尿中微量アルブミン定量

最近（　/　）の結果 _____ mg/gCr

eGFR（推算糸球体ろ過量）

最近（　/　）の結果 _____ mL/分/1.73m²

CKD重症度分類表 あなたはどこに？		尿中微量アルブミン定量 (mg/gCr)		
		A1 正常 30未満	A2 微量 30 ～299	A3 顕性 300以上
eGFR (mL/分/1.73m²)	G1 正常or高値 90以上	1 期	2 期	3 期
	G2 軽度低下 60～89	1 期	2 期	3 期
	G3a 軽度～中等度 45 ～ 59	1 期	2 期	3 期
	G3b 中等度～高度 30 ～ 44	1 期	2 期	3 期
	G4 高度低下 15 ～ 29	4 期	4 期	4 期
	G5 末期腎不全 15未満	4 期	4 期	4 期

※　4期でも 透析中の方は 5期 になります

あなたは現在 糖尿病性腎症 ____期　です