2024年　聖隷佐倉市民病院

腎臓病・糖尿病教室

2024年上半期に開催した教室でご質問があった内容に医師・看護師から回答いたしました。
ぜひご参考にしてみてください。※ご質問いただいた項目から抜粋して紹介しています。

Q eGFRの値が低くても血圧が低ければ、腎機能悪化のスピードは下がりますか？

A 高血圧は腎機能低下の一因にはなりますが、腎機能悪化の原因はそれだけではありません。
原疾患や病状により個人差があります。

Q Cr（クレアチニン）、eGFRは回復しないのですか？

A 急性腎障害と慢性腎臓病とでは、病態が異なります。急速に悪化した腎機能障害に関しては、原因を解明し適切な治療を行うことで、腎臓の機能が改善することがあります。ただし、急性腎障害は慢性腎臓病発症のリスクとなりますので、定期的な受診が大切です。
また、慢性腎臓病は長い年月をかけてゆっくりと進行する病態ですので、クレアチニンやeGFRが正常に戻ることは残念ながらありません。進行を抑制することを目標にして治療をします。

Q 腎臓が悪くなるメカニズムが詳しく知りたいです。

A 腎臓にある糸球体（両方の腎臓で約200万個）が炎症や血流障害などで少しずつ壊れていきます。
一度壊れた糸球体は回復せず、残った糸球体が壊れた分まで仕事をすることで過剰な負担がかかり、知らず知らずのうちに残された糸球体も疲弊して、悪くなっていくというイメージです。残された糸球体に過剰な負担をかけないように腎臓をいたわって生活することが大切です。

Q 糖尿病は遺伝しますか？

A 遺伝するタイプもあります。糖尿病には1型と2型糖尿病があり、このうち2型糖尿病では遺伝性が関係する場合があります。

Q 自己血糖測定器は購入できますか？

A インスリン注射をお使いの方は、病院から無料で血糖測定器を貸出しています。インスリン注射を受けていない人は、病院からの貸し出しはできませんが、インターネットや薬局で購入ができます。
また、直径3cmほどのセンサーを腕に取り付けてスマートフォンでかざすと血糖測定ができるものもあります。

Q 糖尿病と更年期は関係ありますか？

A あります。女性は40代頃から女性ホルモンのエストロゲンが減少します。エストロゲンはコレステロールや血圧の調整、血糖値の上昇を抑える役割があります。また、太りやすくもなります。そのため更年期以降の女性は糖尿病のリスクが高くなります。

Q 糖尿病の薬は食事や運動などでなくすことができますか？

A 糖尿病の原因によってはインスリン注射や薬が欠かせない場合があります。食事療法や運動療法のみで血糖コントロールが安定する場合もあります。個人の病態によって治療方法は異なるので主治医とご相談ください。

作成：腎臓病・糖尿病教室担当　2024年9月

社会福祉法人　聖隷福祉事業団
聖隷佐倉市民病院
〒285-8765
佐倉市江原台2-36-2
043-486-1151㈹