

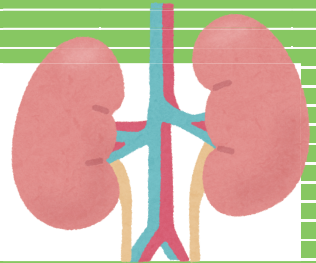
江東病院 健康だより

Vol.
04

2023/05/31

●腎臓について

腎臓は、腰のあたりに左右1つずつあるそら豆のような形をした臓器です。主におしっこを作って、体の中の余分な水分や老廃物を捨てています。



健診の結果やかかりつけの先生から
こんなことを言われたことはありませんか？

おしっこに蛋白が
漏れ出ています

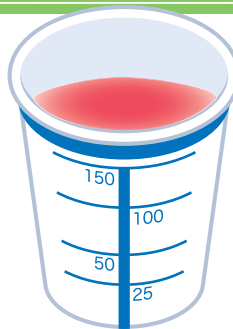
腎臓の機能が
悪くなっています

おしっこに血が
混ざっています

●腎臓が悪くなると…

①血尿・蛋白尿

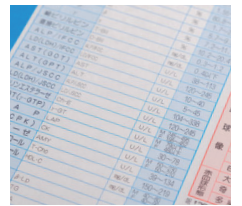
何らかの原因で腎障害が起きると、蛋白質や血液がおしっこの中に出てきます。そのときに尿検査をすると、蛋白尿や血尿がみられます。



●腎臓が悪くなると…

②クレアチニンや eGFR の異常値

腎臓の働きは、血液のクレアチニンの値から計算します。その値が eGFR です。腎臓の働きが落ちるとクレアチニンが上昇し、eGFR が低下します。



慢性腎臓病

eGFR 60 未満が 3 ヶ月以上続いた場合は慢性腎臓病と診断され、現在成人の 8 人に 1 人が患っていると言われています。慢性腎臓病は心筋梗塞や脳卒中といった心血管疾患のリスクにもなります。さらに慢性腎臓病は進行すると、透析療法や腎臓移植が必要となります。残念ながら薬で完治させることはできませんが、適切な治療により進行を遅らせることができます。そのためにも早期発見・早期治療につなげることが重要です。

健診や血液検査の結果を見直してみてください。不安なことがあれば一度腎臓内科を受診していただき、ご相談ください。



腎臓内科 中山 麻衣子

転倒の原因、爪水虫じゃないですか？

健康寿命という言葉があります。簡単な言葉で説明すると、寝たきりなどにならず元気にいられる時間のことです。厚生労働省の調べでは、介護が必要となったきっかけの4番目は転倒・骨折とされています。実は皮膚科にもこの転倒と深いつながりのある病気があります。それは爪水虫（爪白癬）という病気です。爪は歩く時の地面の感覚を脳に伝えたり、体を支えるために踏ん張ったりと重要な働きをしています。しかし爪水虫になると爪はもろくなり、十分な働きができず、転倒の原因となることがあります。最近では運動能力を上げるためにネイルケアをするスポーツ選手も増えてきているほどです。

統計的には日本人の約5人に1人がなんらかの水虫を持つとされています。期間が長くなかなか続けられなかった爪水虫治療も、今では3か月程度の内服でよい薬が出てきました。足の皮むけや爪の変化に気が付きましたら、大切なご家族にうつす前に皮膚科外来にご相談ください。



皮膚科 小山 智史

現在の目の見え方に満足されているでしょうか？



80歳を越えるとほぼ100%の方が白内障になると言われています。

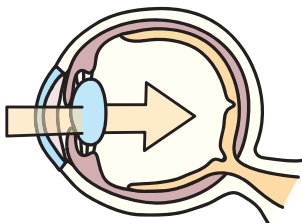
また白内障がなくても、10歳頃をピークに目の調節力は徐々に低下するもので、40代頃から老眼による見づらさが出てくることが多いです。みなさま老眼鏡や遠近両用眼鏡はお使いでしょうか。

眼鏡・目薬・手術などで、現在の見え方をより改善させられる可能性があります。遠くの信号・本や新聞などの手元・テレビなどの中間距離など、どこか見づらさを感じていらっしゃれば、お気軽に眼科にいらして相談していただければと思います。

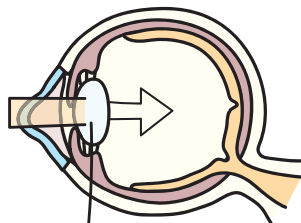
また当院の白内障手術は、日帰り入院、1泊入院どちらも対応しております。目の手術というと怖いイメージをお持ちの方も多いかと思いますが、ほとんど痛みはなく、手術時間は10～15分程、年齢の制限もありませんので、興味のある方は白内障に関してもご相談いただければ幸いです。

眼科 内田 千晶

目の断面



白内障



水晶体が白く濁り
光の通りが悪くなる