

### (3) 慢性腎臓病

透析患者数が世界的に激増しています。わが国の新規透析導入患者は、1983年頃は年に1万人程度でしたが、2010年には約30万人となっています。新規透析導入患者増加の一番大きな原因は、糖尿病性腎症、高血圧による腎硬化症も含めた生活習慣病による慢性腎臓病（CKD）が非常に増えたことだと考えられています。

さらに、心血管イベント、すなわち脳卒中や心筋梗塞を起こす者の背景に、慢性の腎臓疾患を持った者が非常に多いという重要な事実があります。実際に疫学研究によって、微量アルブミン尿・蛋白尿が、独立した心血管イベントの危険因子であり、さらに腎機能が低下すればするほど心血管イベントの頻度が増えるということが証明されました。

すなわち腎臓疾患、特に慢性の腎臓疾患は、単に末期腎不全（透析）のリスクだけではなく、心血管イベントのリスクを背負っている危険な状態であり、腎機能の問題は、全身の血管系の問題であることを意味していることが分かります。

慢性腎臓病（CKD）の病期（ステージ）の指標となるeGFR（推算糸球体濾過量）は、血清クレアチンを測定することにより、推算することができます。よって、特定健診の必須項目に追加して、血清クレアチンの検査を実施し、腎機能を継続して観察していくことが予防につながります。日本腎臓学会では、「CKD診療ガイド2012」に腎専門医とかかりつけ医のための治療の方針などを載せた治療のまとめや新しいCKD重症度分類（24ページ表10）が明記されました。「CKD診療ガイド2012」によれば、CKDの基準はeGFR60未満、さらにeGFR50未満の場合は腎専門医にかかるとなっています。ただし、70歳以上ではeGFR40以上の安定した者はかかりつけ医が管理します。尿たんぱく、高血圧、糖尿病などの合併により管理基準が異なり、かかりつけ医や腎専門医の協力が大切です。

小浜市では近隣に腎専門医は2人という現状なので、かかりつけ医の役割が大切になってきます。

#### ●福井県の状況

日本透析医学会統計調査委員会の報告「わが国の慢性透析療法の現状」によると、福井県の慢性透析患者数は、平成22年1,733人で人口100万人対2,149人、全国第34位です。しかし、新規透析導入患者数193人のうち糖尿病性腎症による者が93人（48.2%）を占め、その割合は全国第4位の多さとなっています。なお、平成24年3月現在、小浜市国民健康保険では慢性透析患者数は25人です。

#### ●小浜市の健診結果から見た慢性腎臓病（CKD）の状況

		平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
重複あり	尿タンパク+以上	352	195	343	359
	クレアチン 男性1.3以上 女性1.2以上	12	9	15	24
	eGFR60未満	123	188	226	373
腎専門医紹介が必要レベル		70	82	101	137
健診受診者に対する割合 (%)		5.2%	5.4%	6.5%	8.6%

透析導入予備群と言える腎専門医への紹介が必要なレベルの腎機能低下者が、増加傾向にあります。低下速度を進行させるリスクの軽減が重要です。

図19 透析患者有病率の地域差

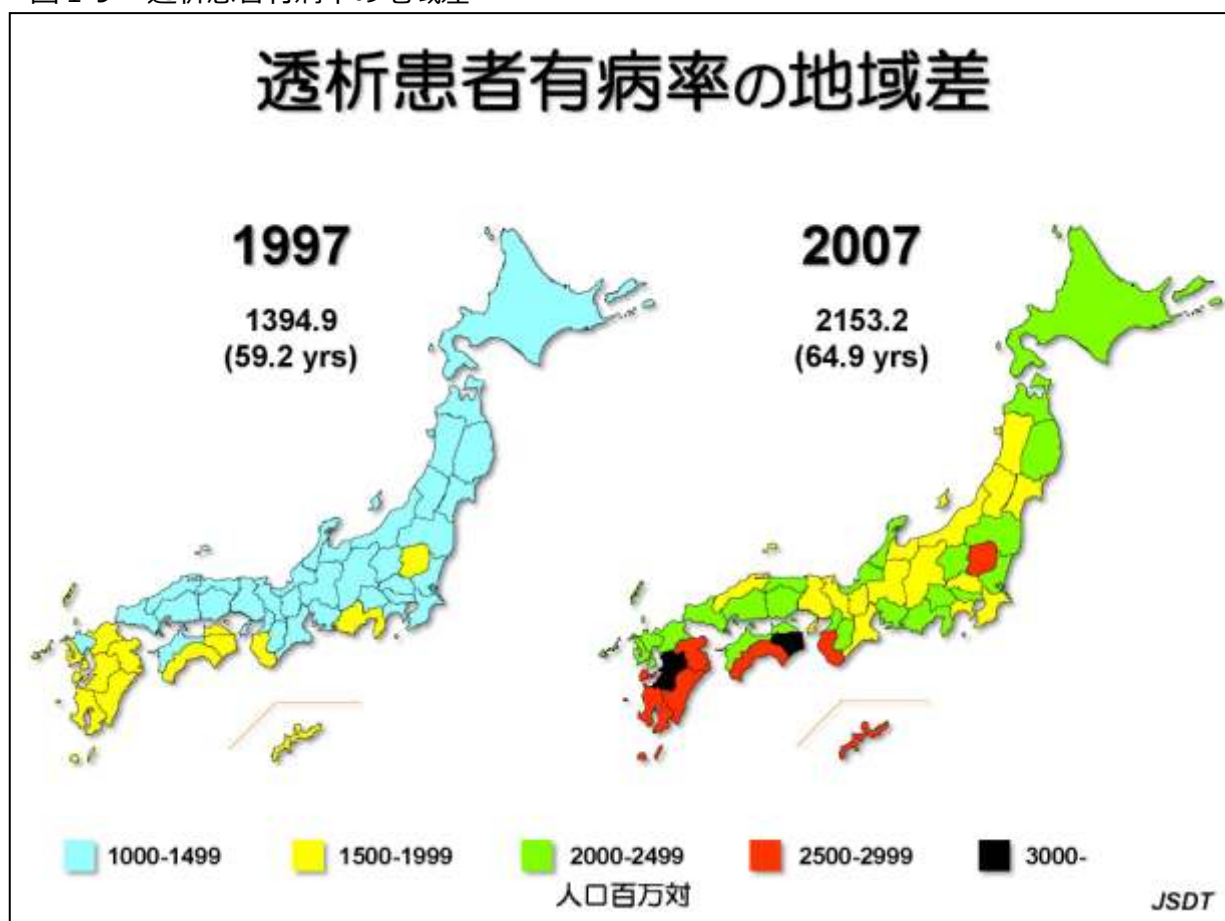


表10 CKDの重症度分類 (CKD診療ガイド 2012)

原疾患		尿たんぱく区分		A1	A2	A3
<b>糖尿病</b>		尿アルブミン定量 (mg/日)		正常	微量アルブミン尿	顕性アルブミン尿
		尿アルブミン/Cr 比 (mg/gCr)		30未満	30~299	300以上
<b>高血圧・腎炎・移植腎・ 多発性嚢胞腎・不明・その他</b>		尿タンパク定量 (g/日)		正常	軽度タンパク尿	高度タンパク尿
		尿タンパク/Cr 比 (g/gCr)		0.15 未満	0.15~0.49	0.50 以上
GFR 区分 (ml/分/ 1.73 m <sup>2</sup> )	G1	正常または高値	≥90			
	G2	正常または軽度低下	60~89			
	G3a	軽症~中等度低下	45~59			
	G3b	中等度~高度低下	30~44			
	G4	高度低下	15~29			
	G5	末期腎不全 (ESKD)	<15			

※重症度は死亡、末期腎不全、心血管死亡発症のリスクを緑■のステージを基準に、黄■、オレンジ■、赤■の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する。  
糖尿病や高血圧は重大なリスク項目である。

表 1 1 CKD 予防のためのフローチャート (40~69歳 平成 23 年度)

CKD 重症度分類と治療状況				A1	A2	A3
<b>663</b> 人				620 人	41 人	2 人
尿検査と血清クレアチニンの両方の検査を受けた者				93.5 %	6.2 %	0.3 %
治療なし	G1	≥90	34 人 5.1 %	34 人	0 人	0 人
	G2	60~89	496 人 74.8 %	466 人	28 人	2 人
	G3a	45~59	128 人 19.3 %	117 人	11 人	0 人
	G3b	30~44	5 人 0.8 %	3 人	2 人	0 人
	G4	15~29	0 人 0.0 %	0 人	0 人	0 人
	G5	<15	0 人 0.0 %	0 人	0 人	0 人
治療中	G4	15~29	11 人 3.8 %	1 人	0 人	0 人
	G3b	30~44	92 人 31.7 %	6 人	1 人	3 人
	G3a	45~59	266 人 91.7 %	76 人	5 人	1 人
	G2	60~89	197 人 67.9 %	169 人	14 人	1 人
	G1	≥90	303 人 104.5 %	12 人	1 人	0 人
<b>290</b> 人				264 人 91.0 %	21 人 7.2 %	5 人 1.7 %

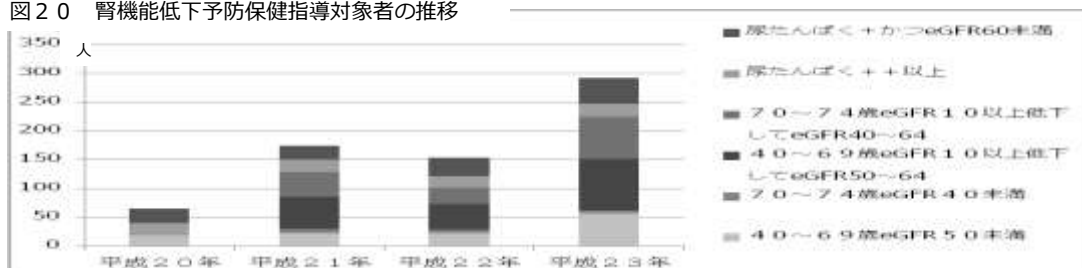
健診結果から、CKD 予防対象者をみると、重症度分類、■のステージに 8 人 (0.8%)、■に 28 人 (2.9%)、■に 236 人 (24.8%)、□が 681 人 (71.5%) です。

腎機能低下者が多いため、重症化予防を目的に対象を絞り込み、保健師による生活指導や受診勧奨を行います。また、機能に影響をおよぼす高血圧、高血糖状態の改善を目標に保健指導し、さらに医療との連携体制構築を目指します。

表 1 2 腎機能低下予防保健指導対象者

	平成 20 年度	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
40~69 歳 eGFR 50 未満	19	22	22	57
70~74 歳 eGFR 40 未満	1	8	7	5
40~69 歳 eGFR 10 以上低下して eGFR 50~64	0	56	44	89
70~74 歳 eGFR 10 以上低下して eGFR 40~64	0	43	28	63
尿タンパク++ 以上	20	21	20	23
尿タンパク+ かつ eGFR60 未満	25	24	33	45
計 (健診受診者に対する割合%)	65 (4.8%)	174 (11.5%)	154 (9.9%)	282 (17.7%)

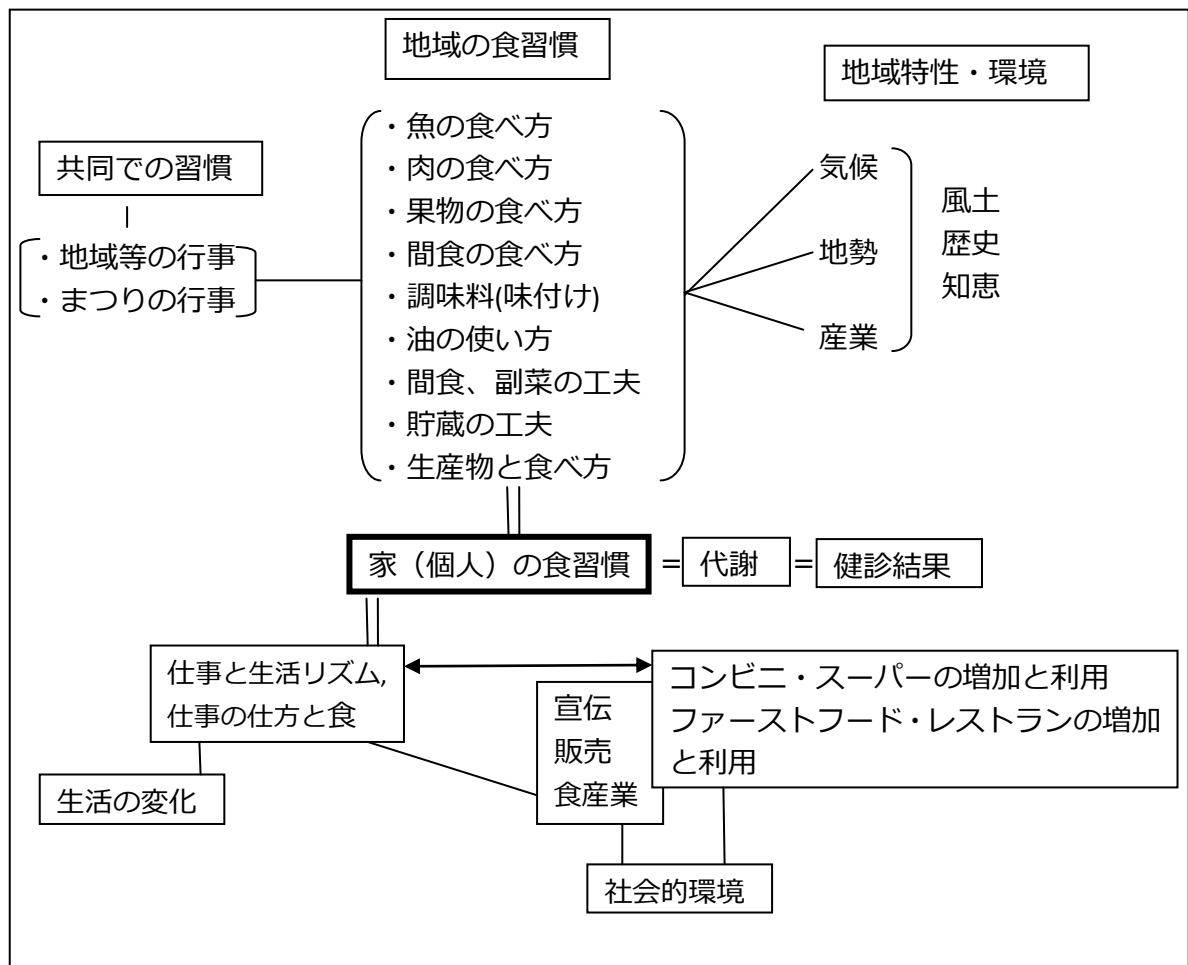
図 2 0 腎機能低下予防保健指導対象者の推移



#### 4) 共通する課題（生活習慣の背景となるもの）

健康増進は、被保険者の意識と行動の変容が必要であることから、被保険者の主体的な健康増進の取組を支援するため、被保険者個々に対し、十分かつ確かな情報提供が必要となります。このため、提供する情報は、生活習慣に関して、科学的知見に基づき、分かりやすく、被保険者を含む住民の健康増進の取組に結び付きやすい魅力的、効果的かつ効率的なものとなるよう工夫することが求められます。また、情報を提供するにあたり、家庭、保育所、学校、職場、地域等の社会環境が生活習慣に及ぼす影響の重要性についても認識を高めるよう工夫します。

図2 1 個の食習慣背景の構造

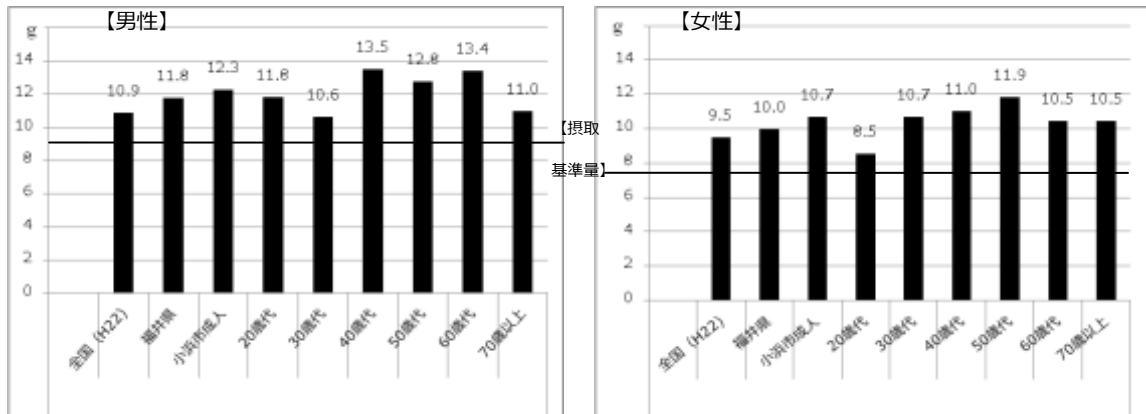


#### ●小浜市の食習慣

平成23年度特定健診結果お返し会でのアンケート結果より、基準量に対し、主食が多い42.9%、全体に食べ過ぎ38.4%、間食が多い36.2%、肉・魚などのタンパク質が多い30.8%でした。

平成22年度の国民栄養調査の結果、小浜市の塩分摂取量は男性12.3g、女性10.7gです。「日本人の食事摂取基準」（2010年）の塩分摂取基準値、成人男性9.0g未満、成人女性7.5g未満に比べ、小浜市は3～4g多く、基準量の1.5倍程度摂取している状況です。

図 2 2 食塩摂取量

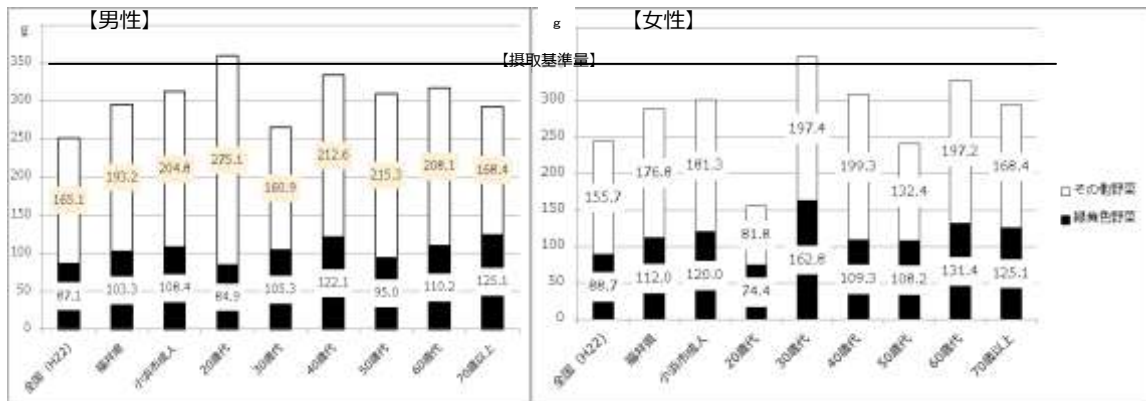


資料：平成 2 2 年度国民栄養調査

野菜の摂取量は、平均すると全国、福井県に比べ多いものの、全体的に不足しており、基準量の 350 g に達していません。特に 20 歳代の女性は著しく少ない摂取量にあり、痩せ思考の影響を受け、食事の全体量が少なくなっていることが影響しているものと考えられます。

メタボリックシンドロームの予防のため、野菜の摂取量の増加を促すとともに、若い世代に栄養バランスの取れた食事の必要性をアプローチしていく必要があります。

図 2 3 野菜の摂取量



平成 2 2 年度国民栄養調査

●小浜市内の固定店舗件数

(臨時営業、浜茶屋を除く)

- コンビニ 11 件
  - スーパー 6 件
  - 飲食店 424 件 (※)
- ※飲食店の内訳

表 1 1 市内飲食店

飲食店の種類	件数
食堂 (寄宿舎、福祉施設等を除く)	92
仕出し弁当 (スーパーを除く)	35
総菜 (スーパーを除く)	17
社交飲食 (スナック等)	127
軽食 (コンビニを除く)	21
旅館	93
めん類	13
中華	11
料理	9
すし	6

平成 2 4 年 1 1 月 3 0 日現在 保健所登録数調べ