

患者さんご家族のためのCKD療養ガイド2018 目次

第1章 慢性腎臓病 (CKD) 15

1. 腎臓の構造と機能 16
2. CKDとは？ 19
3. 尿検査でたんぱく尿や血尿が陽性だったら？ 21
4. 腎臓の働きが低下していると指摘されたら？ 23

第2章 CKDと生活習慣 25

1. 喫煙はCKDを悪化させますか？ 26
2. 飲酒はCKDを悪化させますか？ 27
3. 睡眠について 28
4. CKD患者はワクチン接種を受けるべきですか？ 29

第3章 CKDと食事 31

1. 腎臓に良い食べ物、悪い食べ物 32
2. 食事の内容は専門家に相談しましょう 33
3. 減塩の工夫 34
4. 食事制限のし過ぎに注意 34
5. 運動も一緒に 36

第4章 CKDと高血圧 37

1. 高血圧を放っておいたらどうなりますか？ 38
2. たんぱく尿の出ないCKD, その代表の腎硬化症とはどのような病気ですか？ 39
3. 血圧はどのくらいまで下げればよいですか？ 40
4. どんな降圧薬がよいのですか？ 42

第5章 CKDと貧血 45

1. CKDではなぜ貧血になるのですか？ 46
2. 腎性貧血の治療にも, 鉄剤の内服は必要ですか？ 48

第6章 CKDと糖尿病 51

1. 糖尿病からくるCKD=糖尿病性腎症とは？ 52
2. 糖尿病で尿中アルブミンと血清クレアチンを測定することはなぜ重要なのですか？ 54
3. 糖尿病性腎症の血糖管理の目安はどれくらいですか？ 55
4. 糖尿病性腎症の血圧管理の目安はどれくらいですか？ 56
5. いろいろな管理目標を達成すると糖尿病性腎症の進行を遅らせることができますか？ 56
6. 糖尿病性腎症の治療中にむくみが出たら？ 58

第7章 CKDとカルシウム・リン 59

1. CKDではなぜ血中のカルシウムが低めになるのですか？ 60
2. リンの管理の重要性は？ 62
3. 骨粗鬆症の管理はどうしたらよいですか？ 63

第8章 CKDと尿酸、脂質 65

1. 尿酸はCKDを悪化させますか？ 66
2. コレステロールや中性脂肪はCKDを悪化させますか？ 67

第9章 CKDと肥満・メタボリックシンドローム 69

1. 肥満・メタボリックシンドロームはCKDを悪化させますか？ 70
2. どれくらいの運動が適切ですか？ 71

第10章 CKDとおくすり 73

1. CKDを治療するおくすりにはどんなものがありますか？ 74
2. CKDに安全な痛み止め・解熱薬は？ 74

- 3. 飲み方に注意するおクスリにはどんなものがありますか？ 76
- 4. 造影剤を使用する画像検査には要注意 77

第11章 CKDと妊娠 81

- 1. CKDと妊娠の関係 82
- 2. 妊娠中の血圧管理は？ 84

第12章 小児のCKD 85

- 1. 学校検尿で異常が出たら？ 86
- 2. 食事の注意は？ 87
- 3. 運動の制限は必要ですか？ 88
- 4. 血圧の管理は？ 89
- 5. 小児CKDの成長障害に治療はありますか？ 89
- 6. 腎不全が進んだら？ 90

第13章 高齢者のCKD 91

- 1. 適度な食事と運動は？ 92
- 2. 血圧管理はどうすればよいですか？ 93
- 3. 血糖管理はどうすればよいですか？ 94

4. とくに注意するおくすりは？	94
5. 腎不全が進んだら？	96

第14章 透析と腎移植 97

1. 透析や腎移植の準備はいつ頃からはじめるのでしょうか？	98
2. どのような場合に腎移植が選択できるのでしょうか？	98

第15章 CKDの原因になる特殊な腎疾患 101

1. IgA腎症とは？	102
2. ネフローゼ症候群とは？	103
3. 多発性嚢胞腎 (PKD) とは？	105
4. 急速進行性糸球体腎炎 (RPGN) とは？	106
索引	109
CKD診療ガイドライン作成委員会	116