

患者さんご家族のためのCKD療養ガイド2024 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. 水分はどのくらいとればよいですか? 28
4. 睡眠時間はどのくらい必要ですか? 28
5. 口腔ケアはCKDに影響を及ぼしますか? 29
6. 便秘はCKDを悪化させますか? 29
7. 運動はCKDにどのような影響を及ぼしますか? 30
8. CKD患者はワクチン接種を受けるべきですか? 30
9. 多職種によるチーム医療とはどんな内容ですか? 31

第3章 CKDと食事 33

1. 腎臓に良い食べ物, 悪い食べ物 34
2. 食事の内容は専門家に相談しましょう 35
3. 減塩の工夫 36
4. 食事制限のしすぎに注意 37
5. 運動も一緒に 38

第4章 CKDと高血圧 39

1. 高血圧を放っておいたらどうなりますか? 40
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? 41
3. 血圧はどのくらいまで下げればよいですか? 42
4. どんな降圧薬がよいのですか? 44
5. 高血圧性腎硬化症とは? 47

第5章 CKDと貧血 49

1. CKDではなぜ貧血になるのですか? 50
2. 腎性貧血の治療にも, 鉄剤の内服は必要ですか? 52

第6章 糖尿病関連腎臓病 (DKD)

55

1. 糖尿病からくるCKD＝糖尿病関連腎臓病 (DKD) とは？
66
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？
58
3. 糖尿病関連腎臓病の血糖マネジメントの目安は
どれくらいですか？
59
4. 血圧や悪玉コレステロールをしっかり管理すると
糖尿病関連腎臓病の進行を遅らせることができますか？
タバコは関係がありますか？
60
5. 糖尿病関連腎臓病のおくすりはありますか？
60

第7章 CKDとカルシウム・リン

63

1. CKDではなぜ血中のカルシウムが低めになるのですか？
64
2. リンの管理の重要性は？
66
3. 骨粗鬆症の管理はどうしたらよいですか？
67

第8章 CKDと尿酸, 脂質 71

1. 尿酸はCKDを悪化させますか？ 72
2. コレステロールや中性脂肪はCKDを悪化させますか？ 73

第9章 CKDと肥満・メタボリックシンドローム 75

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？ 76
2. 肥満・メタボリックシンドロームを改善するにはどうしたらよいですか？ 78

第10章 CKDとおくすり 79

1. CKDを治療するおくすりにはどんなものがありますか？ 80
2. CKDに安全な痛み止め・解熱薬は？ 81
3. CKDで胃潰瘍になったときは？ 82
4. 飲み方に注意するおくすりにはどんなものがありますか？ 83
5. 体調がとても悪いとき(シックデイ)の対策 85
6. 造影剤を使用する画像検査には要注意 87

コラム ～ CKDの新しいおくすり SGLT2阻害薬について～ 90

第11章 CKDと妊娠 93

1. CKDと妊娠の関係 94
2. 妊娠中の血圧管理は？ 96

第12章 小児のCKD 97

1. 小児CKDの原因や管理目標 98
2. 検尿で異常が出たら？ 99
3. 食事の注意は？ 100
4. 運動の制限は必要ですか？ 101
5. 血圧の管理は？ 102
6. 小児CKDの成長障害に治療はありますか？ 102
7. 腎不全が進んだら？ 103

第13章 高齢者のCKD 105

1. 適度な食事と運動は？ 106
2. 血圧管理はどうすればよいですか？ 107
3. 血糖管理はどうすればよいですか？ 108
4. とくに注意するおくすりは？ 108

5. 腎不全が進んだら？	110
--------------	-----

第14章 透析と腎移植 111

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？	112
2. どのような場合に腎移植が選択できるのでしょうか？	113

第15章 CKDの原因になる特殊な腎疾患 115

1. IgA腎症とは？	116
2. ネフローゼ症候群とは？	117
3. 多発性嚢胞腎 (PKD) とは？	119
4. 急速進行性糸球体腎炎 (RPGN) とは？	120

索引	123
----	-----

CKD診療ガイドライン改訂委員会	128
------------------	-----

資金源と利益相反	129
----------	-----