

糖尿病 放っておいたらどうなる？～腎症編～

糖尿病性腎症って何？…糖尿病の合併症の一つで、尿を作る糸球体の数が減っていく病気のことです。血糖のコントロールがよくない場合、糖尿病発症からおよそ20年で透析になります。

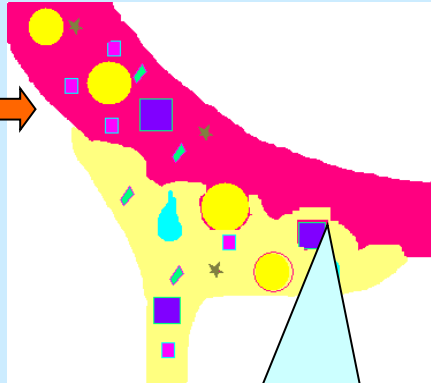
糖尿病性腎症のメカニズム

正常な腎臓(糸球体の働き)



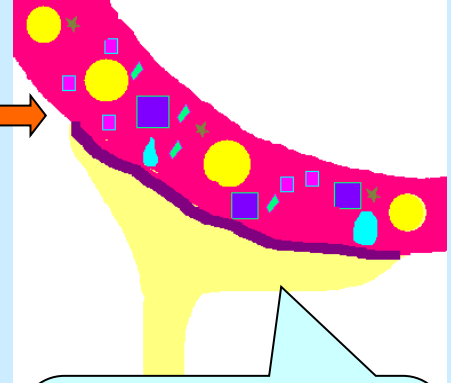
腎血管から、網目を通して余分な水やクレアチニンなど、**いらぬもの**が濾し出され尿になる。栄養素の蛋白質や糖は網目を通らず血管に戻される。(ろ過)

腎臓機能が悪化すると…



糖が多いと、網目を無理やり通るため、**穴が広がり糖も通れる**ようになる。その穴を通して**蛋白質**も出てしまう。
→**尿糖・尿蛋白**

透析が必要な腎臓



穴が大きくなると、**血小板**がその穴をふさいでしまう。尿が作られなくなり、余分な水や老廃物が体に溜まる。老廃物を体外に出すためには**人工透析**が必要になる。

腎症の判断基準 (代表的なもの)

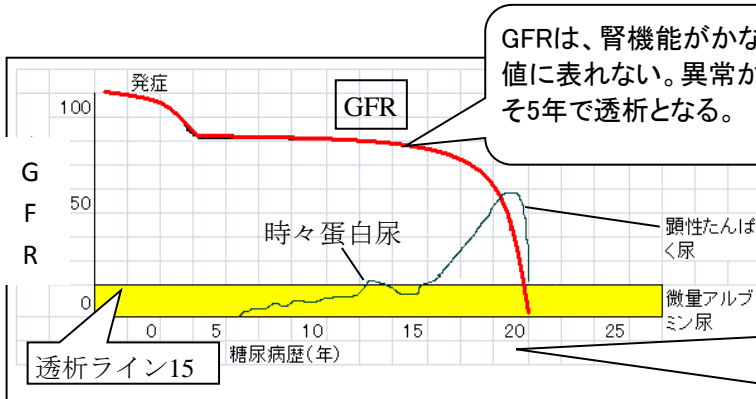
- **尿蛋白・尿糖**…問題のない生理的なものと病的なものがある。通常は尿に出ないものなので、「+」以上であれば、糸球体の異常がないかを調べるために医療機関へ。
- **血清クレアチニン**…老廃物の一種。本来は腎臓から排出されるが、腎機能が弱まると体外に出ていかないため、体に溜まる。腎機能がかかなり低下するまで変化はしないが、異常値になった時は、本来必要な機能の50%以下になっている。
- **GFR(糸球体濾過値)**…自分の腎臓の機能が何%残っているかを表す。



糖尿病性腎症の経過

まずは自分の腎機能(特にGFR)の状態を把握をすることが大切。

※小田急グループ健保組合では、定期健診で尿検査・クレアチニンの検査をしております。GFRはクレアチニンから算出します。(裏面参照)



GFRは、腎機能がかかなり悪化しないと検査値に表れない。異常が見られた後は、およそ5年で透析となる。

糖尿病が発症してから、血糖コントロールが悪ければ20年で人工透析。

糖尿病は、コントロールが悪くても自覚症状はないが、確実に体をむしばんでいく。

※高血圧を合併していると、さらに腎機能は低下しやすい。

