

# 腎機能に関する検査のお勧め



健診の結果から、あなたの腎機能は低下している可能性があります。

腎疾患の重症化を予防するため、早期に医療機関を受診し、定期的に検査を受ける必要があります。

この通知と健診の結果をお持ちになり、同封した「腎臓専門医リスト」に記載のある医療機関を受診してください。

※かかりつけ医がいる場合には、この通知をお持ちになり、かかりつけ医にご相談ください。

なお、腎臓専門医は、日本腎臓学会のホームページ (<https://www.jsn.or.jp/specialist/listindex.php>) から検索できます。

早期に適切な治療を受けることで、腎機能の悪化を防ぎましょう。

## <腎疾患の特徴>

腎疾患の発症や進行には、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病や、肥満、食塩の過剰摂取、過度の飲酒、喫煙などの生活習慣も深く関係しています。また、腎臓の機能は年齢とともに低下します。

腎機能は低下しても自覚症状が出にくく、進行すると人工透析が必要になることもあります。

## ～腎機能の悪化を防ぐために以下のことに気を付けましょう！～

- ・健診で異常を指摘されたら必ず受診する
- ・医師から経過観察と言われたら、指示された時期に忘れずに受診する
- ・治療中の人は、治療を自己判断で中断しない
- ・血圧のコントロール
- ・食生活は減塩で！
- ・禁煙
- ・飲酒は適量を守る

## ※かかりつけ医の先生方へ

健診の結果から腎臓専門医への紹介基準に達しておりますので、腎臓専門医への紹介をご検討ください。

腎臓専門医への紹介基準は、日本腎臓学会のHP や県が作成した下敷きを御確認ください。また、腎臓専門医は日本腎臓学会のHP から検索できます。

【問い合わせ先】