

## (エ) CKD（慢性腎臓病）

CKDは、腎臓の働きが徐々に低下していく様々な腎臓病を包括した総称で、腎臓の異常が続いている状態を言います。

具体的には、①「尿蛋白が出ているなど尿に異常がある」、②「GFR（糸球体ろ過量）60ml/分/1.73㎡未満に低下」のいずれか又は両方が3か月以上続く状態のときに診断されます。

日本のCKD患者数は、1,330万人（20歳以上の8人に1人）と推計されており、新たな国民病とも言われています。このことから、本県のCKD患者数は66万人と推計されます（令和3年4月1日現在千葉県年齢別・町丁字別人口による20歳以上人口から推計）。

CKDの発症には、運動不足、肥満、飲酒、喫煙、ストレスなどの生活習慣が大きく関与していると言われ、腎臓の機能は一度失われると回復しない場合が多く、これらの生活習慣の改善に取り組む必要があります。

また、腎硬化症による透析導入者も増えてきており、高血圧の改善にも取り組む必要があります。

### <県の現状>

- 令和3年度千葉県特定健診・特定保健指導のデータ集計結果によると、eGFR（推算糸球体ろ過量）45ml/分/1.73㎡未満の受診勧奨者は、受診者全体の5.9%を占めており、生活改善が必要な保健指導対象者は、男性が25.2%、女性が21.5%となっています。
- CKDの状態にあると、脳卒中や心不全、心筋梗塞などのリスクが高まり、死亡率が上昇することが分かっています。
- 適切な治療や生活習慣の見直しをしないで状態が進行すると、人工透析や腎移植が必要になることもあります。

### <県の課題>

- CKDは自覚症状がほとんどなく、症状が現れた時にはかなり進行している可能性があるため、CKDについての周知や、定期的に健診や検査を受けて早期発見することが重要です。
- 関係機関の連携強化をしていくことが必要です。

### <県が実施する具体的施策・取組の方向性>

「千葉県保健医療計画」「千葉県における健康福祉の取組と医療費の見通しに関する計画」と連携して推進します。

県では、千葉県糖尿病性腎症重症化予防対策推進検討会のもとに、令和元（2019）年度に「千葉県慢性腎臓病（CKD）重症化予防対策部会」を設置し、市町村・各関係機関と連携し、CKD重症化予防の取組を推進しています。

1 県民への普及啓発

- 対象に応じた普及啓発資材の開発と研修会の開催等により、CKD重症化予防の必要性について、普及啓発を図ります。

2 特定健康診査・特定保健指導の効果的な実施を支援

- 千葉県糖尿病性腎症重症化予防プログラムを活用し、健診結果において腎機能が低下している者に対して受診勧奨を行い、早期受診による重症化予防を行う市町村等医療保険者の取組を支援します。

3 医療連携体制の構築

- かかりつけ医（CKD対策協力医\*）と腎臓専門医との医療連携体制を推進します。

\*CKD対策協力医は、千葉県医師会協力のもとCKDの診療を適切に行うための講習を受け登録された医師で、腎臓専門医と連携し診療を行う。

4 多職種連携による療養指導及び両立支援の実施に向けた支援

- 「お薬手帳」へ貼付するCKDシールを活用した薬剤師による服薬指導や管理栄養士等による栄養指導、産業保健医療分野等多職種連携により、患者のCKD重症化を予防し、ニーズに合った療養生活（就労との両立を含む）を支えていくとともに、保健医療従事者のスキルアップを図ります。

<目標>

No	目標項目		現状値	目標値 (R14年度)
1	【新】CKD保健指導対象者率の減少（国保） （ $45 \leq eGFR < 60$ (ml/分/1.73m <sup>2</sup> ) かつ尿蛋白(-) 及び $45 \leq eGFR$ (ml/分/1.73m <sup>2</sup> ) かつ尿蛋白(±)）	男性	25.2% (R3年度)	減少
		女性	21.5% (R3年度)	減少
2	【新】CKD重症化予防対策に取り組む市町村の増加		22市町村 (R4年度)	54市町村
3	【再掲】 高血圧の改善 (収縮期血圧平均値、40歳以上、内服加療中の者を含む)	男性	127.6mmHg (R2年度)	ベースライン値 から5mmHgの低下
		女性	123.1mmHg (R2年度)	ベースライン値 から5mmHgの低下



## 「CKD（慢性腎臓病）を知っていますか？」

(担当:健康福祉部健康づくり支援課地域健康づくり班)

CKD（慢性腎臓病）は、腎臓の異常が続いている状態で、20歳以上の8人に1人がCKDだと推計されています。

CKDの状態にあると、脳卒中や心不全、心筋梗塞などのリスクが高まり、死亡率が上昇するなど、様々な病気の重大な危険因子です。

CKDは自覚症状がほとんどなく、症状が現れた時にはかなり進行している可能性があります。腎臓の機能は一度失われると元に戻らないので、定期的に健診や検査を受け、早期発見することが重要です。

シー ケー ディー  
**CKD** (慢性腎臓病)  
を知っていますか？

1 CKDとは慢性腎臓病のことです  
CKD (Chronic Kidney Disease: 慢性腎臓病)は、**腎臓の異常が続いている状態**です。  
具体的には…  
①尿蛋白がでている ②GFR (糸球体ろ過量)\*が60mL/分/1.73m<sup>2</sup>未満に低下している  
①②のいずれか、または両方が3か月以上続いているときに診断されます。  
\*GFR (糸球体ろ過量)とは、腎臓が1分間にどれくらいかの血液をろ過し尿を作るのかという腎機能を表す数値で、一般的には、年齢・性別・血清クレアチニン値から算出される「eGFR」という数値が用いられます。

2 8人に1人がCKDです  
日本のCKDの患者さんは1,330万人（20歳以上の8人に1人）と推計されています。そのため、CKDは新たな国民病とされています。

3 CKDは様々な病気の重大な危険因子です  
CKDの状態にあると、**脳卒中や心不全、心筋梗塞などのリスクが高まり、死亡率が上昇することがわかっています。**  
適切な治療や生活習慣の見直しをせず、状態が進行すると、人工透析や腎移植が必要になることもあります。  
早期発見、適切な治療や生活習慣の見直しは、CKDの進行を遅やかにし、脳卒中や心筋梗塞などのリスクを下げることに繋がります。

千葉県



- 腎臓を守るため、日々の生活習慣を見直しましょう。
- 高血圧や糖尿病等で治療を受けている方も、年1回は健診を受けましょう。