

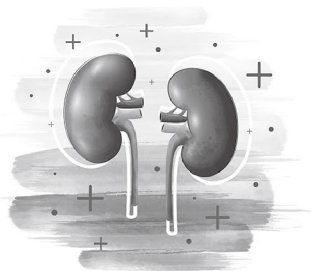
腎臓からのSOSかも？

あなたの健康室 健相談

Q 健康診断で尿にタンパクが出てるって言われました。特に体調は悪くないんですが、大丈夫なんでしょうか？

A 腎臓には、血液を「ろ過」して、

体の不要な老廃物を尿として体外に出すという大切な役割があります。この働きをしているのが「ネフロン」という腎臓の最小単位です。ネフロンは、「糸球体」という血液をこすフィルターと、「尿管」という必要なものと不要なものを選び分ける管からできています。1つの腎臓には、なんと約100万個ものネフロンが存在しています。



本来、健康な腎臓では赤血球やタンパク質のような大きな成分は尿に出てきません。しかし、腎臓に何らかのダメージがあるとき、このフィルター機能が障害が起き、血液中のタンパクが尿に漏れ出てしまうこ

異変を感じたら
早めに医療機関を
受診しましょう



北村内科クリニック
院長 北村 秀綱

神戸大学医学博士。日本循環器学会認定 循環器専門医。神戸大学医学部を卒業後、神戸大学病院や民間病院で20年以上多数の心臓ペースメーカーやカテーテル手術をはじめ、生活習慣病や人工透析にも携わる。2017年より北村内科クリニックを開設し、現在は、専門分野である循環器・呼吸器疾患を中心に、美容医療も手掛け、地域のかかりつけ医として幅広い年齢の患者さまを診療する。

とがあります。これが「タンパク尿」です。

タンパク尿は、腎臓にダメージがあるサインであり、腎機能の悪化を進める要因にもなります。この状態を放置するとネフロンが減少し、腎臓の働きがさらに低下。やがて「慢性腎臓病（CKD）」へと進行する恐れがあります。CKDは、タンパク

尿や腎機能低下が3か月以上続くことで診断され、進行すると心筋梗塞や脳卒中のリスクも高まります。

腎臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、症状が出にくい。ため、健康診断で「タンパク尿」が出たら、特に「20以上」の場合は、自覚症状がなくても早めに受診しましょう。