



マンガ
けんしん
シリーズ⑤

今回のテーマ

検査は簡単、でも奥深い

かなり悪化してから症状が出る腎・代謝系の疾患。進行してからの治療は心身に大きな負担となるため、早めに異常を見つけることが大切です。



1 いやー、よく来たね
ワイ
30代男性 腎野シオ太
40代女性 健診ナシ子
ボフン
ナシ子の妹 30代女性 腎野アマ美
ホント、お久しぶりっすね～

2 おーい、みんなでブラっと出かけようかって
え～、動きたくない
ママ行こうよ

3 なによ、あなただって好きなものばかり食べて、全然運動しないじゃない
いつもお菓子食べてゴロゴロして… たまには動いたほうがいいぞ

4 はあ～、毎回これだよ。ストレスたまるなあ
こっちのセリフよ！
まあまあ、2人とも…

5 ここはストレス、いや、リスクの溜まり場だぞ
わ、出た！
これがウワサの犬ね！

6 どうやら現状を知らないらしい。
簡単な検査も、健診に行かねば受けられないからな
運動不足や糖質のとりすぎは、糖尿病のもとだよ
高血糖に加えて、塩分過多やストレスは腎臓病のリスクにもなる

糖尿病
血糖(空腹時)
ヘモグロビンA1c
随時血糖
尿糖

腎臓病
尿蛋白、尿潜血
血清クレアチニン
eGFR

そう考えると、僕たちはリスクだらけだ

7 日ごろから運動して、食事も見直さないと～
たまにはあなたも料理作ってよ
は、はい…

8 ねえ、こういうストレスはどうしたらいいの？
それも、日ごろの努力だろうな

9 人の家でケンカされると、こっちもストレスだしね
すみません…
あなたの未来の健康を守るために…



全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ

〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

☎ 052-856-1490

受付時間 8:30～17:15
(土・日・祝日・年末年始を除く)

次へ

定期的な検査で、重症化を防ごう



血液検査



尿検査

糖尿病

血液中の糖分(血糖)を体内に取り込むインスリンというホルモンの量や働きが低下し、血糖が増えすぎてしまうのが糖尿病です。

検査項目 ※()内は参考基準値

空腹時血糖 (100mg/dl未満)

空腹時の血糖値を調べます。

随時血糖 (100mg/dl未満)

食後3.5時間～10時間の場合

空腹時以外の血糖値を調べます。

ヘモグロビンA1c(NGSP値) (5.6%未満)

血中の糖とヘモグロビンが結合したヘモグロビンA1cの比率から、過去1～2カ月の血糖を調べます。

尿糖 (－)

尿中の糖の有無を調べます。血糖が高すぎると、糖が腎臓で再吸収できず尿に出てきます。

でも、糖尿病って、なにが問題なの？

血糖が多過ぎると、体中の血管や神経が傷つき、**神経障害**や**網膜症**、**腎臓病**などの深刻な合併症を引き起こすのだ。

合併症が進むと…



足の壊疽



失明



腎不全や人工透析

腎臓病

腎臓は、血液をろ過して尿をつくり、必要な物質を再吸収、有害な物質や老廃物を排出しています。こうした腎臓の機能が低下してしまうのが腎臓病です。

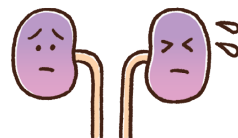
検査項目 ※()内は参考基準値

尿蛋白 (－)

尿中のたんぱく質の量を調べます。正常なら、たんぱく質は腎臓で再吸収され尿にはほとんど含まれません。

尿潜血 (－)

尿中のわずかな血液を検出し、腎臓などに出血がないかを調べます。



血清クレアチニン (男性 1.10mg/dl以下 女性 0.80mg/dl以下)

血中のクレアチニンという老廃物の量を調べます。腎機能が低下すると、ろ過できずに血中に増えます。

eGFR (60ml/min/1.73m²以上)

1分間にろ過される血液の量を調べます。腎機能の指標になります。

「新たな国民病」慢性腎臓病(CKD)

慢性的に腎機能が低下した状態の総称です。高血圧や糖尿病、肥満などが要因で、進行するといずれ**腎不全**となり**人工透析**が必要になることも…。一度失われた腎機能は**回復しないため**、**早めの治療が必須**です。



高尿酸血症・痛風



尿酸は、体の新陳代謝や食品から生じるプリン体が分解されてできる老廃物。尿酸が血中に増え過ぎると**高尿酸血症**となり、やがて関節で結晶化すると激痛を伴う**痛風**になります。

検査項目 ※()内は参考基準値

尿酸 (7.0mg/dl以下)

血液に含まれる尿酸の量を調べます。

健診を受けるなら…

生活習慣病予防健診

対象者 35歳～74歳の被保険者

▶お申込みは健診機関へご連絡ください!

特定健診

対象者 40歳～74歳の被扶養者

▶お申込みは「受診券(セット券)」と「健康保険証」を用意して健診機関へご連絡ください!

健診ドット句(今月の一句)
簡単な
検査で防ぐ
重症化
K.D.

