

あなたの腎臓は大丈夫？

腎臓の健康状態を簡単セルフチェック！

CKD(慢性腎臓病)という言葉をご存じですか？

- ・CKDとは糖尿病や高血圧などの生活習慣病が原因で、慢性的に腎機能が低下した状態を言います。
- ・放っておくと腎臓の機能が著しく低下して人工透析が必要となったり、脳卒中・心筋梗塞のリスクを高めます。

日本では約1,330万人（成人の約8人に1人）がCKDと推計され、石川支部加入者においてもCKDを原因とする新規透析患者が年々増えている状況です。



あなたの健診結果で腎臓の病気を簡単セルフチェック！

(1+)以上の場合
医療機関の受診を！

60未満の場合も
医療機関の受診を！

尿検査	糖	(-)	腎機能	クレアチニン	1.10
	蛋白	(1+)		eGFR	56.9
	潜血	(-)		尿酸	8.5

- ・クレアチニンは健診における必須項目ではないため、測定されないことがあります。
- ・既に医療機関を受診している場合は主治医に相談してください。
- ・60未満が3ヶ月以上持続する場合、慢性腎臓病の可能性がります。

eGFR（糸球体ろ過量）は右の2次元コードからも簡単に計算できますよ。



日本腎臓学会
腎機能測定ツール
スマホ読取はコチラ！



尿検査等の項目で要治療or要精密検査の場合は、 放置せずに医療機関へ！

『健診結果』と『マイナンバーカード』を持って
かかりつけ医または健診を受けた医療機関等へ受診しましょう。
(事前に☎予約が必要です)

石川支部 生活習慣病予防健診
委託機関リスト
スマホ読取はコチラ！



石川県ホムア-ツ
糖尿病治療を担う医療機関リスト
スマホ読取はコチラ！



日本腎臓学会
腎臓専門医リスト
スマホ読取はコチラ！



全国健康保険協会 石川支部
協会けんぽ

〒920-8767 金沢市南町4-55 WAKITA金沢ビル9階
【連絡先】 TEL：076-264-7200 【音声ガイダンス②】



使ってみよう！
マイナンバー