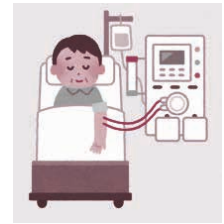


かがやきだより vol.16

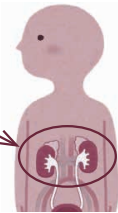
糖尿病性腎症とは？

糖尿病の三大合併症のひとつで、自覚症状がないまま腎機能が低下していき、重症化すると生涯にわたって人工透析が必要な腎不全の原因になる病気です。常陸大宮市では、人工透析を受けている方のうち約3人に1人は糖尿病が原因疾患となっています。



腎臓はどこにあるの？

腰のあたりに左右1つずつあります。にぎりこぶしよりやや大きく、「そら豆」に似た形の臓器です。



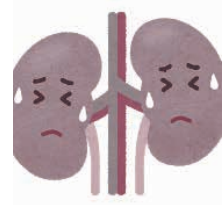
腎臓の働きは？

- ・ 尿として水分や老廃物を出す
- ・ 電解質のバランスを保つ
- ・ 血圧の調整をする など

血糖が高いと腎臓への影響は？

腎臓の糸球体は、血液から余分な老廃物をろ過し、尿として排泄し、必要な成分は再び血液中に戻す働きをしています。高血糖が続くと、糸球体の組織が粗くなり、老廃物だけでなく体に必要な成分も排泄してしまいます。

一度壊れた腎臓の細胞は元に戻りません。糖尿病が原因の場合、2つの腎臓が同時に悪くなり、放置しておくと腎不全の状態になります。



糖尿病を予防することが、あなたの腎臓を守ります。
次回は、糖尿病を予防するための食事について掲載します。

健診結果説明会や健康相談で、
 検査値が高くなる理由や生活習慣の見直しについて一緒に考えましょう。

健康相談：毎週木曜日 9時～11時30分

