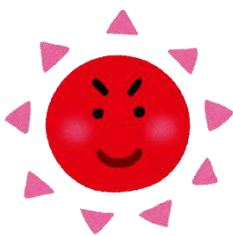


おおこうちだより No.9



糖尿病の3大合併症にも含まれる糖尿病性腎症！

そもそも腎臓ってどんな働きをしているのでしょうか？

1、老廃物を体から追い出す！

腎臓は血液を濾過して老廃物や塩分を尿として体の外へ追い出してくれます。体に必要なものは再吸収し、体内に留める働きをしています。腎臓の働きが悪くなると尿が出なくなり、老廃物や毒素が体に蓄積し尿毒症になります



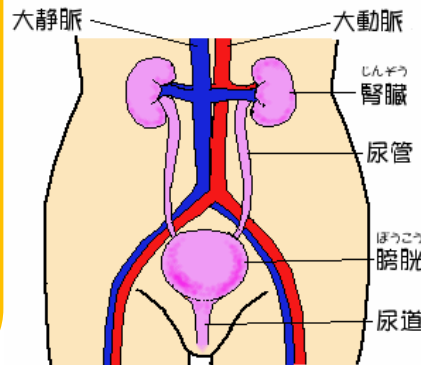
2、血圧を調節する！

腎臓は、塩分と水の排出量をコントロールすることにより血圧を調節しています。腎臓と血圧は密接に関係し、腎臓の働きの低下により高血圧になることもあります。また、高血圧により腎臓の働きを悪くする場合もあります



3、血液を作る司令官！

血液（赤血球）は骨髄の中にある細胞が、腎臓から出るホルモン（エリスロポエチン）の刺激を受けてつくられます。腎臓の働きが悪くなると、このホルモンが出てこなくなってしまうため、血液が十分につくられず貧血になることがあります



4、強い骨を作る！

カルシウムを体内に吸収させるのに必要な活性型ビタミンDをつくっています。腎臓の働きが悪くなると活性型ビタミンDが低下しカルシウムが吸収されなくなって骨が弱くなるなどの症状が出てきます



5、体液量、イオンバランスを調節する！

腎臓は体内の体液量やイオンバランスを調節したり、体に必要なミネラルを体内に取り込む役割も担っています。腎臓が悪くなると体液量の調節がうまくいかないので、体のむくみにつながります。また、イオンバランスがくずれると、疲れやめまいなど、体にさまざまな不調が現れることがあります

早期の糖尿病性腎症でアルブミンが尿に出てきます

そのため当院では早期発見できるよう尿のアルブミン量を測定しています

生活習慣病を放置せず、きちんとした食生活、治療を行い、

健康な腎臓を維持していきましょう

