



松高 淳

泌尿器科医師 専門は
泌尿器科一般

「肝腎(心)要」というように、昔から心臓、肝臓、腎臓は重要な臓器と考えられています。今回はこのうち腎臓の大切さを紹介しましょう。

生命維持に不可欠

息をすること、食べ

ることで、尿を作ることで、体の水分やミネラルのバランスをとり、体内の老廃物や過剰なものを排せつし

長野市民病院から
知っておきたい
医療の知識

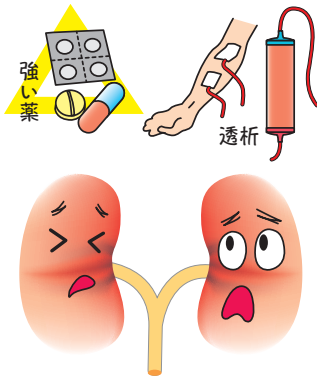
157



ることで、用を足すこと

—どれも全ての人が当たり前に行う、生きていくのに必要な行為です。重い病気の患者さんには、人工呼吸器や胃ろうといった体の外から直接栄養を入れる通り道を作ると同時に、腎臓に尿を排出するための管「腎ろう」を付けることがあります。尿を排出することは、生命の維持に欠かせないからです。

腎 臓



腎臓の働きは、尿を作ることで、体の水分やミネラルのバランスをとり、体内の老廃物や過剰なものを排せつし

全身の健康を保つ重要な働き

ています。

腎臓がきちんと働かなくなると、体がむくみやすく、疲れやすくなり、食欲不振になります。体に水がたまる

ミネラルバランスが悪化すると、筋肉が震えたり、脱力したりすることもあります。

悪化で多くの弊害

医師に「腎臓が弱っていますよ」と言われると、「腎臓は2つあるから大丈夫」と考えている人がいるかもしれませんが、確かに、腎臓

が弱っていても、すぐに日常生活に多くの問題が出るわけではありません。自覚症状がないため様子見の人は少ないでしょう。

ただ、注意は必要です。腎臓が弱り続けると、食事や薬では体の水分やミネラルのバランスを調節できなくなり、最終的に人工透析が必要になります。

腎臓の働きで尿として排出されるからです。

検査をしたいけれど、腎臓が弱いからできない。肺炎で抗生剤が必要だけれど、量を加減しなければならぬ。がん治療をしたいけれど、腎臓が悪いために抗がん剤が使えない。腎臓が弱っていると、このようにほかの病気の治療に支障をきたす場合が多いのです。

年齢を重ねるにつれ、誰でも腎臓の機能は落ちてきますが、健康な生活を送るには、腎臓の機能ができる限り保つことが大切です。腎臓に負担をかける塩分の摂取を減らすために、

まずは食生活の改善を始めましょう。