



いわて医療通信【腎臓を長持ちさせるには】

1 腎臓という臓器

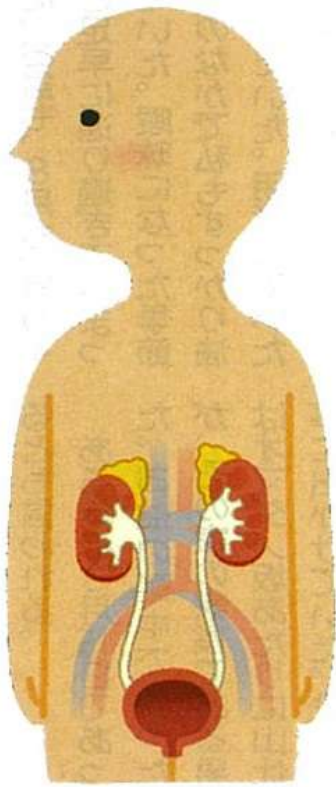


「腎臓」と聞いて、どのようなことを思い浮かべますか。体のどこにあって、どのような働きをしていて、もし働かなくなったらどうなってしまつてしまうのか。今回から数回にわたって腎臓についての記事を記載させていただきます。

腎臓は背中に左右に分かれて存在しています。腎臓にはたくさんのさまざまな働きがありますが、一番分かりやすい働きは「尿を作る」ことです。ところで、非常に重要な物事なのかでも、特に重要なものを指す語に「肝心要・肝腎要

（かんじんかなめ）」があります。この言葉からも腎臓の重要性が理解できると思います。因みに「尿を貯めて出す（排尿する）」ところは膀胱と言って、下腹部にあり、腎臓とは違います。尿は大雑把に、体の中でできた毒素（尿毒素）と不要になった水でできています。腎臓が病気など何らかの原因で働かなくなると、尿が作られなくなってしまう。尿が作られなくなってしまうと体は毒素にまみれ（尿毒症）、必要な水にまみれ（うっ血）、

きなくなると、人は死んでしまいます。これはとてもゆゆしき問題です。腎臓は「沈黙の臓器」とも言われます。腎機能（腎臓の働き）が低下しても、症状が現れにくいからです。腎機能が低下する原因としては主に、次のことがあげられます。



① 糖尿病や高血圧、肥満などの生活習慣病
② 腎臓自体の病気（IgA 腎症を代表とするさまざまな腎炎・腎症など）
③ 加齢

①②に関しては、早期発

見・早期治療がとても大切です。③は避けられませんが、少しでも長くイキキキしていたいものです。因みに、Cockcroft 博士とGault 博士が1976年に発表した論文によると計算上、人は140歳まで生きると、病気が無くても腎臓の働きが0%になってしまつてしまいます。

次号から、腎臓の機能や慢性腎臓病について詳しく説明していきます。
岩手医科大学
医学部内科学講座
腎・高血圧内科分野
講師 吉川和寛