

## GFRと蛋白尿で どのステージにいるか確認しましょう

| 原疾患                                  | 蛋白尿区分               | A1              | A2        | A3       |  |  |
|--------------------------------------|---------------------|-----------------|-----------|----------|--|--|
| 糖尿病                                  | 尿アルブミン定量 (mg/日)     | 正常              | 微量アルブミン尿  | 顕性アルブミン尿 |  |  |
|                                      | 尿アルブミン/Cr比 (mg/gCr) | 30未満            | 30~299    | 300以上    |  |  |
| 高血圧<br>腎炎<br>多発性嚢胞腎<br>移植腎<br>不明 その他 | 尿蛋白定量 (g/日)         | 正常              | 軽度蛋白尿     | 高度蛋白尿    |  |  |
|                                      | 尿蛋白/Cr比 (g/gCr)     | 0.15未満          | 0.15~0.49 | 0.50以上   |  |  |
| GFR区分<br>(ml/分/<br>1.73m)            | G1                  | 正常または<br>高値     | ≥90       |          |  |  |
|                                      | G2                  | 正常または<br>軽度低下   | 60~89     |          |  |  |
|                                      | G3a                 | 軽度~<br>中等度低下    | 45~59     |          |  |  |
|                                      | G3b                 | 中等度~<br>高度低下    | 30~44     |          |  |  |
|                                      | G4                  | 高度低下            | 15~29     |          |  |  |
|                                      | G5                  | 末期腎不全<br>(ESKD) | <15       |          |  |  |

(KDIGO CKD guidelineを日本人用に改変)  
引用:CKD診療ガイドライン2018(日本腎臓学会)

○重症度は原疾患・GFR区分・蛋白尿区分を合わせた  
ステージにより評価する。

○CKDの重症度は死亡、末期腎不全、心血管死発症の  
リスクを緑■のステージを基準に、黄■、オレンジ■、  
赤■の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する。

## 腎臓の状態を知り、腎臓を守るために

**慢性腎臓病(CKD)**は、腎障害や腎機能の低下が  
持続する疾患です。

はじめは自覚症状がありません。放置すると、心筋梗塞  
や脳卒中などの心血管疾患の合併や、末期腎不全への  
進行をもたらします。

しかし、血液・尿検査で診断が可能であり、早期発見・  
治療により、腎臓病の改善や、進行を遅らせることが期待  
できます。**自分の腎機能を知り、腎臓を守るために、この  
シートを活用しましょう。**

### 腎臓の働きを確認する eGFR(推算糸球体濾過量)とは

糸球体が1分間にどれくらいの血液を濾過して尿を作る  
かを示す値で、腎臓の働きを確認することができます。

健康な人では、GFRは100ml/分/1.73m<sup>2</sup>前後ですが、  
腎臓の働きが悪くなるとGFRの値は低くなります。

一般的な腎機能の変化は、3年間で約1ml/min/1.73m<sup>2</sup>  
下がります。

### グラフの使い方

○健診や診察で、eGFRなどの検査を実施した際は、グラフ  
に書き込み、自分の腎臓の状態を確認しましょう。

○GFRグラフから、将来的な腎機能の低下を予測するこ  
とができます。