

あなたの腎臓を守りましょう！

慢性腎臓病(CKD)は腎臓の機能が低下する病気です。

現在、日本のCKD患者数は約2,000万人(成人の5人に1人)^{*}と推計されており、新たな国民病として注目されています。

(※日本腎臓学会「CKD診療ガイド2024」より)

腎臓の機能は低下しても自覚症状が出にくく、進行すると人工透析が必要になることもあります。

CKDの発症や進行のリスク因子として、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病や、食塩の過剰摂取、肥満、喫煙、過度の飲酒、睡眠不足等の生活習慣、加齢に伴う腎機能の低下などが知られています。

腎臓の機能を守るために、次のことに気を付けましょう。

- ・健診で異常を指摘されたら必ず受診する
- ・医師から経過観察と言われたら、指示された時期に忘れずに受診する
- ・治療中の方は、治療を自己判断で中断しない
- ・血圧のコントロール
- ・食生活は減塩で！
- ・禁煙
- ・お酒の飲みすぎに気をつけましょう



ホームページ 糖尿病性腎症・慢性腎臓病(CKD)重症化予防対策について

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kenkouken/dm-ckdjyuusyoukayobou.html>



お問い合わせ 千葉県健康福祉部健康づくり支援課 TEL 043-223-2405

電子処方せんで安心&便利な医療を！

電子処方せんとは、これまで紙で発行していた処方せんを電子化したものです。もっと便利に、より安心安全な医療の提供を目的に、徐々に医療機関等で導入が進んでいます。



■メリット

- ・飲み合わせの悪いお薬の処方やお薬のもらいすぎを防ぐ
- ・はじめての医療機関・薬局でも、直近のお薬情報を確認してもらえる など

詳しくは厚生労働省のホームページをご確認ください▶



お問い合わせ 千葉県健康福祉部健康福祉政策課 TEL 043-223-2609