

あたまストロツ子

●まちがいさがし●

下の2つの絵には、違うところが5つあるよ！あなたはいくつ見つけれられる？

(正)



(誤)



答えはページ下にあるよ！

Healthy de Happy ~慢性腎臓病(CKD)~

年齢とともに腎機能は低下します。そのため高齢になるほど慢性腎臓病(CKD)になる可能性が高くなります。

◆慢性腎臓病(CKD)とは？

腎臓は、不要な老廃物をろ過して排泄するフィルターの役割をしています。CKDとは、その腎臓の働きが健康な人の60%未満に低下するか、尿中にタンパク質がでる腎臓の異常が続く状態です。高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満の人は腎臓に負担がかかりやすいため注意が必要です。

◆成人の約8人に1人がCKD

日本には成人の約8人に1人(約1,330万人)のCKD患者がいるといわれています。人工透析を受けている方は2020年末時点で34万人を超えており、その数は毎年増え続けています。CKDの人は、心



臓病や脳卒中などの心血管疾患のリスクが高くなるため、CKDを治療し、心血管疾患の予防につなげることが重要です。

◆定期的に腎臓の数値をチェックしよう

自覚症状が乏しいため、早期発見が難しい病気です。健康診断では腎臓の数値も検査項目になっているので、毎年健康診断を受けることが大切です。尿中タンパク質の濃度を調べる尿検査と、血液中のクレアチンを調べる血液検査で腎臓の働きを確認できます。早い段階で発見できれば、治療を受けて進行を抑えることができる場合があるので、数値を必ず確認しましょう。

まちがいさがし答え：①クマさんのエプロンの長さが違う②右下のかき氷のスプーン的位置が違う③かき氷機のハンドルの大きさが違う④作っているかき氷の高さが違う⑤かき氷のシロップの数が違う