

かかりつけ薬局の知っ得情報 『腎臓』

④5

『シンゾウ』が機能を停止してしまうと人は死んでしまいます。では、一字違いである『シンソウ』の働きが低下するようになるのでしょうか？

腎臓とは一言で言うならば人体におけるゴミ選別場のようなものです。体中を駆け巡り、体内の様々な老廃物をかき集めた血液は腎臓で洗浄されます。この時、捨てられた老廃物が尿として体外に排出されるのです。つまり、腎臓の機能が落ちるといつまでも老廃物が捨てられない状態になってしまいます。

では、腎臓の働きが落ちる原因は何でしょうか？それは塩分と糖分です。腎臓を構成している糸球体は網目のような構造をしていて、そこで老廃物をこし取り、血液を綺麗にしています。糖分が高麗にしています。糖が高麗にすることで粘り気の強い血液や、塩分が高いことで勢

いの強い血液が網目を流れるとその損傷が激しくなります。また、低カリウム

高タンパクと聞くと、いかにもヘルシーなものと思われるかもしれませんが、タンパク質はほかの栄

養素と比べて粒が大きいので網目を詰まらせやすく注意が必要です。

薬の中には腎機能を悪くするもの、腎機能が悪い時は通常量より減らしたほうが良いものがありま

す。一部の痛み止めの薬もそれに該当するので、私たちが薬剤師としましては、たとえ腰痛の患者さんでも腎機能に注意しながら薬を渡さなければなりません。

そこで、千葉県薬剤師会では、患者さんの腎機能に対して「CKDシール」というシールをお薬手帳に貼る取り組みを始めました。患者さんの中には自身の病状が目に見えない形になってしまうこと

に抵抗感を覚える方もいらっしゃるでしょうが、先に例を挙げたように、一見腎臓と関係のない薬でも注意が必要なものは沢山あります。そして、腎臓の働きを大きく左右するのは食事や運動不足などの生活習慣に起因する糖尿病や高血圧です。

このシールが保健師さんや栄養士さんからの生活習慣や食事に関する説明にも役立つてくれると思います。

皆さんが何時までも美味しいものを食べ続けられるためにもCKDシールへのご理解をお願い申し上げます。

担当薬剤師 竹田恒一

応援します、健康家族!

(有)安藤薬局五香薬局
松戸市常盤平5-17-15
☎047・385・0260



問い合わせ ☎047・360・3600 一般社団法人松戸市薬剤師会