

# 当てはまる人は要注意! 腎機能低下が疑われるチェックリスト⑩

## 自覚症状

- 夜に2回以上トイレに起きる
- 透明な尿が出る
- 尿に泡立ちが目立つ
- 身体にむくみが出る

- 歩くだけで息が切れる
- 全身のだるさ、倦怠感がある

- 高血圧、糖尿病の持病がある

- 出生時の体重が低かった

## 健康診断

- 血清クレアチニン値が年々上がっている

- eGFR値が年々下がっている

腎機能が低下すると尿が濃縮できず、尿量や色などに異常が出たり、体内の水分量が調節できずむくみなどが生じる

加齢による症状と勘違いしやすいが、腎機能の低下を示すことも

生活習慣病患者はリスクが高い

先天的にネフロン数が少ない可能性がある

数値が基準値内でも、毎年の健診で徐々に下がっている人は腎機能の低下に要注意