

# ドクター + 教えて

## 老化と慢性腎臓病

磐田市立総合病院

副病院長兼腎臓内科部長兼腎センター長

古谷 隆一



超高齢社会となった日本では老化は大きな問題です。

「寄る年波には勝てぬ」といわれるように、特に病気がなくても年齢を重ねるにつれて体力や気力が衰えてきます。これは老化によりさまざまな臓器の機能が徐々に低下するからです。腎臓も加齢の影響を受け、腎臓に病気がない人でも40歳以上になると腎機能（eGFR）が1年間に1%ずつ低下するといわれています。

体内の臓器は24時間休むことなく働いているので、60〜70年と長期に渡り使用すれば「金属疲労」のような状態となります。これが老化の原因の一つですが、それだけではなく特定の遺伝子が老化に関係することもわかっています。

その一つにクロトール遺伝子があります。これは老化を抑制する遺伝子で、腎臓にたくさ

んあることがわかっています。このため「腎臓が悪くなるとクロトール遺伝子が少なくなるので老化が早く進み、そして老化が進めば腎機能はさらに低下する」と考えられています。

かつての慢性腎臓病の治療目標は「透析にならない」ことでした。この目標は今でも基本ですが、腎臓が悪いと心血管病（心筋梗塞、狭心症）や脳卒中になりやすいことが明らかになり「透析にならないだけでなく、心臓や脳も守る」ことに治療目標が変わりました。

そして現在では、クロトール遺伝子の発見により「透析にならない、心血管病や脳卒中にならない、そして老化を抑制する」ことが、慢性腎臓病の治療目標となつていきます。

元気に老後を過ごすためには、腎臓を悪くしないよう普段の生活習慣、食生活に注意しましょう。

## 肝がん予防のために 肝炎ウイルス検査を受けましょう

◎磐田市立総合病院  
肝疾患相談支援センター

☎38-5000(代)

がんの中で5番目に多い死因が肝臓

がんです。肝臓がんの約8割が、B型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルスの感染が原因とされています。B型、C型肝炎ウイルスは、感染しても自覚症状がほとんどなく、肝炎ウイルス検査を受けない限り感染の有無がわかりません。

検査の結果、感染が判明したとしても、早期の受診・治療によって完治や肝臓がんへの進行を防ぐことが期待できます。

これまで検査を受けたことがない方や、健康診断などの肝機能検査で異常を指摘されている方は、早めに検査を受けましょう。

### 肝炎ウイルス検査

血液検査（採血）で調べます。検査は短時間で済み、検査結果は1〜2週間程度でお知らせできます。

### 検査場所

- 市の肝炎ウイルス検査【P13参照】
- 保健所での検査（無料）
- 県内の地域肝疾患診療連携拠点病院（無料）

### あなたの肝臓をチェック

- 1985年（昭和60年）以前生まれ
- 過去に大きな手術を受けている
- 1992年（平成4年）以前に輸血を受けたことがある
- 1994年（平成6年）以前の血液凝固因子製剤を投与されたことがある
- 家族にB型・C型肝炎ウイルスに感染した方、肝硬変や肝臓がんの方がいる
- 医療機関以外でピアスや入れ墨（タトゥー）を入れたことがある
- 他人と歯ブラシやカミソリなどを共有で使用している
- 複数の相手と性的関係にあったり、性的接触時の避妊具未使用
- 健康診断などの肝機能検査（AST、ALTなど）で異常値を指摘された
- 肝炎ウイルス検査を受けたことがない

### 相談窓口

- 磐田市立総合病院  
肝疾患相談支援センター
- 浜松医科大学医学部附属病院  
肝疾患連携相談室

☎053-43512476

