**糖尿病による腎機能障害の重症化予防に関するご案内**

　　年　　月　　日

　　　　患　者　氏　名　　様

　今回の特定健診の結果で、あなたの腎機能に低下が認められました。腎機能障害が進行すると、最終的に血液透析などが必要となる場合もあります。

　腎機能障害の悪化を防ぐためには、薬による治療に加えて、食事や運動などの生活習慣の改善も重要です。

つきましては、同封の案内を持参し、医療機関を受診してくださいますようお願い申し上げます。

**腎機能の検査結果**健診受診日：　　　　年　　　月　　　日

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 検査項目 | **ｅＧＦＲ（イー・ジーエフアール）** |  | ml/min/1.73ｍ2 |
|  | 腎臓が、老廃物を体の外に出す力が分かります  クレアチンの検査値と年齢、性別から計算します  腎臓機能低下の重症度の判定に用いられます | | |
|  | **尿たんぱく** |  |  |
|  | 尿に含まれるたんぱく質で、腎臓の働きが低下するとたんぱくの量が増えます | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **特定健診の結果** | | **eGFR（ml/min/1.73ｍ２）** | | |
| **60以上** | **45～59未満** | **45未満** |
| **尿たんぱく** | **－** | **今後も継続して健診を受けましょう** | **減塩等を心がけ生活習慣を改善しましょう** |  |
| **±** | **医療機関を受診して、もう一度尿検査を受けましょう** | |
| **＋** | **医療機関を受診しましょう** | | |

　　　　　　市（町村）保健指導担当課長

担当者名：

電話番号：

Ver.1　２０１８年３月

**糖尿病性腎症を防ぐ。**

糖尿病性腎症は、段階を経て病気が進みます。進行すれば、腎不全になり、おしっこ（尿）が出なくなるようになります。このため、できるだけ早期に発見し、適切な治療をすることが重要です。

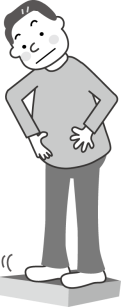
　かかりつけ医など医療機関を定期的に受診して、治療を続けるとともに、医師の指導に基づいて食事療法、運動療法、禁煙しましょう。



**適正体重の維持**

**食事療法**

**禁煙**



**×**



**運動療法**

Ver.1　２０１８年３月