

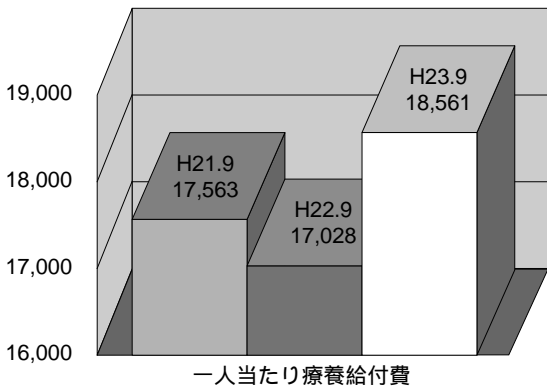
笛吹市国民健康保険通信

「国民健康保険加入者の皆さんへみんなの国保を守るために」

このコーナーでは、国民皆保険制度を根底で支えつづけている国民健康保険（以下「国保」）の制度や笛吹市の現状についてお知らせしていきます。「みんなの国保を守るため」に、一緒に考えていきましょう。

平成23年9月療養給付費は増額!!（国保会計からの支払分の状況）

平成23年9月の一人当たり療養給付費は1万8561円でした。平成22年9月と比較すると+1533円（+9%）の増額となりました。



一人当たり療養給付費

引き続き、一人ひとりが医療費の節約を心がけていただき、安定した国保運営のためにご協力をお願いいたします。

問合せ先

国民健康保険課 国保総務担当

055(262)4111

**慢性腎臓病を
予防しよう!!**
VOL.4

高血圧と腎臓病は悪い友達



山梨厚生病院
腎臓内科部長
櫻林 耐 医師



腎臓と血圧は友達同士

皆さんの血圧はどのくらいでしょうか。血圧は全身に血液をいきわたらせるために、高すぎも低すぎもしないように調節されています。そのためにはほどよい血液量と血管抵抗が必要です。腎臓は尿量や尿中への塩分排泄を介して血液量を、またレニン・アンギオテンシン系（RA系）というホルモンを使って血管抵抗を調節する働きをしています。一方腎臓は正常な血圧によって心臓から拍出される血液の約2割を受け取り、十分な仕事ができるのです。このように腎臓と血圧は持ちつ持たれつの友達同士なのです。

高血圧だと腎臓が硬化する

腎臓に入った血液は毛細血管（糸球体）でろ過されて尿毒素を排泄します。この糸球体に血液を送る血管（輸入細動脈）には全身の血圧が変化してもそれを和らげる自動調節機能があります。しかし高血圧が続くと、まず輸入細動脈の壁が障がいされて硬化がおこり自動調節機能が働かなくなります。すると、糸球体は血圧の上昇に直接さらされて硬化をおこし、徐々に腎機能が低下します（腎硬化症）。

腎臓が硬化すると

血圧が上がる悪循環

糸球体が硬化して尿毒素を排泄する機能が低下するとRA系の高

ぶり、糸球体出口にある血管（輸出細動脈）を締めつけて糸球体内圧を上げ、絞り出すようにして排泄機能低下を補います。しかしこのRA系の高ぶりは同時に血圧を上げてしまいます。また糸球体硬化が進んで排泄機能低下を補いきれなくなると塩分が体内に貯留してさらに血圧が上昇します。高血圧で腎機能が障がいされ、腎機能障害で血圧が上がるという悪循環を形成し、そして最後は腎不全に進行してしまいます。透析に至る原因疾患の第3位が高血圧による腎硬化症で全体の1割程度を占め、高齢化とともに増加中なのです。

高血圧と腎臓病は悪い友達

本当はいい友達だったのに、どちらかが悪くなると互いに悪影響をして悪い友達になってしまいました。キーポイントは塩分の貯留とRA系の高ぶりです。早期からの塩分制限と薬（RA系阻害薬）で予防していきましょう。

（山梨慢性腎臓病対策協議会
<http://www.yckdi.org/>）

