

(健Ⅱ18)

令和元年5月8日

都道府県医師会

担当理事 殿

日 本 医 師 会
常任理事 羽 鳥



糖尿病性腎症重症化予防に関する事業実施の手引き等の送付について

時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

この度、厚生労働省保険局国民健康保険課より、糖尿病性腎症重症化予防に関する事業実施の手引き、周知・啓発のためのポスター及び被保険者向けのパンフレットが作成され、本会宛てにも別添の周知協力方依頼が参りました。

つきましては、被保険者向けパンフレット（2部）を同封しておりますので、貴会におかれましても本件についてご了知いただき、貴会管下郡市区医師会及び関係医療機関、ならびに貴都道府県糖尿病対策推進会議等を構成する団体への周知および協力方につきまして、ご高配のほどよろしくお願い申し上げます。

なお、本件につきましては、日本糖尿病対策推進会議を構成する団体宛にも周知方依頼をいたしておりますことを申し添えます。

本手引き、ポスターおよびパンフレットにつきましては、厚生労働省HPに掲載されております。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000055466_00005.html



事 務 連 絡
平成 31 年 4 月 1 日

日本医師会 殿

厚生労働省保険局国民健康保険課

糖尿病性腎症重症化予防に関する事業実施の手引き等の送付について

国民健康保険の保健事業の推進につきましては、平素から格別の御高配を賜り厚く御礼申し上げます。

この度、厚生労働省において、糖尿病性腎症重症化予防に関する事業実施の手引き、周知・啓発のためのポスター及び被保険者向けのパンフレットを作成し、別添のとおり、都道府県宛て事務連絡を発出いたしました。

糖尿病性腎症の重症化予防の推進にあたっては、医療関係者と行政が協力し、連携体制を構築し取組を実施することが非常に重要であり、貴会におかれましても、都道府県医師会、郡市区医師会、会員等に周知いただくとともに、都道府県及び市町村等との連携に御協力いただくよう、よろしくお願いいたします。

【問い合わせ先】

厚生労働省保険局国民健康保険課
保健事業担当

TEL : 03-5253-1111 (内線 3255)

E-mail : kokuho@mhlw.go.jp

事 務 連 絡
平成 31 年 4 月 1 日

都道府県民生主管部（局）
国民健康保険主管課（部） 殿

厚生労働省保険局国民健康保険課

糖尿病性腎症重症化予防に関する事業実施の手引き等の送付について

国民健康保険の保健事業の推進につきましては、平素から格別の御高配を賜り厚く御礼申し上げます。

国では、健康日本 21（第 2 次）において、糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数の減少等を数値目標として掲げ、さまざまな取組を進めています。また、2015 年（平成 27 年）7 月 10 日に開催された日本健康会議で採択された「健康なまち・職場づくり宣言 2020」の中でも、生活習慣病の重症化予防に取り組む自治体数の増加が目標とされています。

そうした中で、各保険者においては重症化予防プログラムに基づき、取組を進めていただいております。国においても、国保制度における保険者努力支援制度等により、重症化予防の取組を促進しています。

重症化予防に取り組む市町村数は増加していますが、その取組の内容にはばらつきがみられます。また、具体的な取り組み方がよく分からないという自治体関係者から声をいただくこともあることから、実践事例等を収集・参照しながら、この度実用的な手引き書としてまとめました。

また、糖尿病の合併症として糖尿病性腎症があることや糖尿病性腎症が重症化することで人工透析に移行すること等について、周知・啓発のためのポスター、被保険者向けのパンフレットを作成しました。

都道府県におかれましては貴管内市町村はじめ関係者へ手引き等を周知していただくとともに、手引きを参考に、貴管内市町村の取組が円滑に行われるよう、支援をお願いいたします。

なお、厚生労働省から日本医師会及び日本糖尿病対策推進会議に対しても、別途、本手引きの周知の依頼を行うとともに、都道府県・市町村・広域連合が行う糖尿病性腎症重症化予防の取組に対する協力を依頼していることを申し添えます。

【問い合わせ先】

厚生労働省保険局国民健康保険課
保健事業担当

TEL : 03-5253-1111（内線 3255）

E-mail : kokuho@mhlw.go.jp

糖尿病の
みなさん

腎臓

守ろう腎臓
防ごう人工透析

糖尿病の合併症のひとつである「糖尿病性腎症」は、重症化すると、生涯にわたって人工透析が必要となる病気です。この国では、毎年3万9,000人が新たに人工透析を受けています。そのうち糖尿病性腎症が、原因の約4割を占めています。

も守りましょう

いざ鎌倉！ならぬ
いざ糖尿病外来！

吾輩は糖尿病である

この世をば 我が世とぞ
思ったのだけど、
健康だけは
手に入らなかつたんじや

糖尿病患者だったといわれる方々

みなもとのより とも
源頼朝さん

なつめ そうせき
夏目漱石さん

ふじ わらの みち なか
藤原道長さん

近衛家実の日記『猪熊白記』に「前右大将頼朝御依飲水重病」(頼朝が飲水により重病)と記載されている。※諸説あり

夏目鏡子述、松岡謙策録「漱石の思い出」に「検尿をしていたと云ふと糖尿病だということ(中略)療養を続けておりました」と記載されている。※諸説あり

藤原実資の日記『小右記』に「就中近日寝寝多敷。口乾無力、但食不減削」(寝寝を問わず多敷。口乾があり力が無く、ただし食は減ぜず)と記載されている。※諸説あり

糖尿病性腎症 Q&A

正しい知識を身につけて、糖尿病性腎症を予防しましょう。



糖尿病性腎症ってどんな病気？

糖尿病により高血糖状態が長く続くことなどが原因で、腎臓の働きが悪くなる病気です。初期には自覚症状はありません。しかし、血糖値や血圧が高い状態が続くと、徐々に腎機能が低下してしまいます。



糖尿病性腎症はどうやって診断されるの？

尿検査と血液検査で、腎臓の機能の状態がわかります。体に大切なたんぱくが尿中に多量に漏れ出た場合、血液中に老廃物がたまっている場合(クレアチニンおよびeGFRで判定)に腎症と判断されます。



糖尿病性腎症が重症化するとどうなるの？

腎臓には痛みを感じる神経がないので、気づかないまま進行していきます。腎機能が低下すると、吐き気やむくみ、食欲低下などの症状が出始め、心臓や骨、脳など全身の臓器にも影響が及びます。末期腎不全の状態(腎臓の機能がほぼ働かない状態)になると、薬物治療などでの回復は難しく、人工透析を受けなくてはなりません。



人工透析ってどんな治療？

機能が著しく低下した腎臓に代わり、機械で老廃物を取り除くことです。一般的に行われている「血液透析」は、患者さんの腕の血管から血液を取り出し、老廃物を除去してきれいにする方法です。1回につき4～5時間かかる治療を週3回程度、ずっと受け続ける必要があります。身体的にも時間的にも、金銭的(※)にも大きな負担がかかります。

※わが国の場合、負担の多くは公費でまかなわれています。



糖尿病性腎症の発症や重症化を防ぐには？

まずは、年に1回の健診を欠かさず、血糖、血圧、腎機能のチェックを行ってください。もし糖尿病と診断されたら、決して治療を中断しないこと。定期的な検査を受け、腎臓を守るための生活改善にも取り組んでください。これまでの研究で、血糖や血圧が良好に保たれている糖尿病患者さんでは、透析になる危険性がグッと減ることがわかってきました。私たちもしっかりサポートするので、がんばりましょう！



詳しくは、動画へ！

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_jiryou/iryuhoken/hokenjigyuu/00Dn00826.html



糖尿病性腎症を知ろう

「人生100年時代」と知り、現代の医療機関にやってきた源頼朝さん、夏目漱石さん、藤原道長さん。そこで知った驚きの事実とは？

腎機能が著しく低下し人工透析が必要か一歩手前の状況かもしれません

人工透析？それを受ければ治るのか

やるべきことがいっぱいあるのに！

スケジュールが「透析」と「べつ」でほとんど埋まっている予定が立てにくい！

今日は透析ですよ！

寝も仕事のうちじゃぞ…

生涯、透析の力を借りねばならなくなる…

4～5時間 週3日…

残念ながら治りません 通常4～5時間の透析を週3日（血液透析）の一生続けることになります

生活習慣改善と適切な医療により腎症発症が32%減！

グループ	発症率
従来治療群	1.00
強化療群	0.68

透析0！

さらに食生活や運動など生活習慣改善を続けられれば腎機能の悪化は予防できます

これはオオゴトだぞ

人工透析は避けたいのう

腎臓を守ることはできるのか？

糖尿病や高血圧をきちんと治療することと腎機能のチェックが重要です

※「J-DOIT3の結果（一般の方向け）」
(http://www.jdoit3.jp/jdoit3_result_general.html)

今なら間に合う！

一緒に腎臓を守っていきましよう！

不摂生な生活を改めるのである

鷹は今日から蹴鞠でダイエットじゃ

ちゃんと検査や治療を続けようぞ

こうして3人は糖尿病性腎症の予防に励むのであった。

完

ここは現代の医療機関！

頼朝さん、あなたに糖尿病になつてますね

政で忙しくて体のことが後回しに成つておつた

貴殿も糖尿病が吾輩でもある

藤原道長

夏目漱石

源頼朝

藤原道長

夏目漱石

源頼朝

藤原道長

夏目漱石

源頼朝

腎機能？腎臓が関係あるのか？

関係あるんですよ！

糖尿病性腎症は3大合併症の一つ

糖尿病の3大合併症

神経障害

網膜症

糖尿病専門医

だれじゃー

ほう…

でも何も自覚症状はないぞよ

そのような症状に気づいたときはすでに…

初期には自覚症状はありません

進行すると…

- むくみ
- たるさ
- 食欲不振
- 吐き気
- など

症状がでてきたときはかなり進行している状態です

すでに!?

