

「服薬による治療について」

服薬だけではなく、日常生活全体を見直すことも大切です。

CKD の治療には、食事や日常生活の改善も大切ですが、お薬の服用ももちろん重要です。しかし、CKD にはさまざまな症状があるため、服用するお薬の種類もみなさん個人個人によって違ってきます。お薬によっては副作用を伴ったり、飲み方によって効き目に大きく違いがあるものもありますので、必ずかかりつけ医から処方された通り正しく服用するようにしましょう。



CKD は慢性的な病気ですので、1 週間や 1 ヶ月だけというように、一時的に薬を服用したり食生活を変えるだけでは、症状がすぐ快方に向かうことは難しい病気と言われています。焦らず長い目で今後のことを考え、かかりつけ医の指示に従った食生活の改善、服薬、適度な運動や禁煙など、バランスの取れた日常生活を続けることが、症状悪化の抑制に大きくつながってきます。

無理なく継続出来ることから、少しずつ取り組んでみましょう。



月に 1 度の受診が、健康への第一歩です。

熊本県 CKD 生活食事指導について

熊本県 CKD ケア・ステーション担当

こんにちは。熊本県は介入 B 群に熊本市と八代市 2 ケ所の地域が選定され、現在腎臓専門医のいる公的病院の管理栄養士を中心に 19 名で 92 名の患者さまを受け持っています。

当県は当初から各医療機関の理解と協力のもと、比較的スムーズに活動することができました。特に八代地区に関しては、医師会の先生方との情報交換会が幾度も行われており、信頼関係も良好です。

さて熊本県は人工透析率が全国一高く、中でも熊本市は全国で最も高い水準(人口全国比の 1.4 倍)にあることから FROM-J とほぼ時を同じく

『熊本県花:りんどう 花言葉 誠実・正』

して、熊本市 CKD 対策推進病診連携システムという取組がなされています。このように熊本では CKD 対策が自治体の健康課題として取り上げられていることで、住民の CKD に対する理解が深まりつつあります。

新年度を迎え FROM-J の生活食事指導も残り 2 年足らずとなりましたが、担当者一同目的達成に向け患者さまとともに誠実に頑張っていく所存です。

FROM-J 研究リーダー 筑波大学大学院人間総合科学研究科 山縣 邦弘

<お問い合わせ先>

FROM-J データセンター TEL:0120-15-2664(平日 9:00~17:30)

※参加ご辞退のお申し出と行き違いに本紙がお手元に届きました場合は、ご容赦ください。