すこやかハート北九州

保健福祉の情報をお伝えします

慢性腎臓病（CKD）をご存じですか？

慢性腎臓病（Chronic Kidney Disease：CKD）とは、腎臓に異常（❶、❷のいずれか、または両方）を認め、その異常が少なくとも3カ月以上続けて認められることで診断される病気です。

❶尿検査、血液検査などで腎障害が明らかである（特にたんぱく尿の存在は重要）

❷（推算）糸球体ろ過量（（e）GFR）が60mL／分／1・73㎡未満

2024年の推計では、日本のCKD患者は約2000万人（成人5人に1人）いるといわれています。CKDは進行すると腎不全に至り、透析や腎移植が必要になる場合もあります。また、軽度のCKDでも、心臓病や脳卒中のリスクを高め、死亡リスクを増加させます。

こんな人は要注意

・高血圧（妊娠高血圧症候群含む）や糖尿病、肥満などの生活習慣病やメタボリックシンドロームがある
・過去に心臓病や腎臓病になったことがある
・家族に腎臓病の人がいる
・健（検）診などでたんぱく尿が見つかったことがある（妊娠時含む）
・タバコを吸っている
・痛み止めを長期服用している
・小さく生まれた（2500g未満）または予定より早く生まれた（37週未満）

●CKDは、食事や運動などの生活習慣を見直すことで腎臓を守ることが可能です。また、適切な薬を飲むことも腎臓を守るのに役立ちます。最近では、新しい薬も出てきています。

●CKDの多くは、健康診断で見つけることができます。年に1回は健康診断を受けて、早期発見、早期治療を心がけましょう。

●健康診断では、尿検査（たんぱく尿、血尿）や血液検査（クレアチニン、eGFR）の結果を確認しましょう。もし、尿検査でたんぱく尿や血尿が陽性（＋以上）であった場合や、腎機能の働きが低下していると言われた場合（eGFR60未満）は、かかりつけ医に相談しましょう。

問保健福祉局健康推進課☎582・2018

化学物質過敏症をご存じですか？

「化学物質過敏症」についてご理解いただき、症状に苦しんでいる人へのご配慮をお願いします。

●化学物質過敏症とは

体内に一定量の化学物質が取り込まれ、一度過敏症になってしまうことで、ごく微量の化学物質でも反応し、さまざまな症状が現れてしまうことをいいます。

発症の仕組みについては分かっていないことが多く、治療法もまだ確立されていません。

●香りのエチケット

近年、香水・芳香剤・柔軟剤など、香り成分を含む製品が多く販売されています。これらの香料に敏感に反応して、せきや吐き気、めまいなどの症状が出る人もいます。

香料が含まれている製品を使用する場合は、使用量が過度にならないよう心がけましょう。

担保健福祉局保健衛生課☎582・2435

▲詳細はコチラ

問保健所東部生活衛生課
（門司区・小倉北区・小倉南区）
☎522・8728
問保健所西部生活衛生課
（若松区・八幡東区・八幡西区・戸畑区）
☎622・4614

市政フラッシュ SHISEI FLASH

このコーナーでは、北九州市の最新の取り組みや話題の出来事などをご紹介します。

子育て環境ランキングで15年連続第1位！

北九州市は、東京のNPO法人「エガリテ大手前」が主要都市を対象に実施している子育て環境評価「次世代育成環境ランキング」で、15年連続で政令指定都市第1位を獲得しました。

特に「出産環境」「乳幼児保育」「小児医療」が高く評価され、「小児医療」では項目別1位を獲得。病院・診療所の充実に加え、24時間365日対応の小児救急医療機関が市内に4カ所あることや、夜間・休日診療の充実などが評価されました。

問子ども家庭局総務企画課
☎582・2280

「○○推し課」が発足しました！

北九州市は4月、「推しの熱量を都市の活力へと変換する」新組織「○○推し課（おしか）」を設立しました。推し活を楽しむ人たちの熱量を、まちのにぎわいづくりにつなげていきます。

○○推し課 第1弾プロジェクト「おしもてなしキャンペーン」

ギラヴァンツ北九州のホームゲームで、アウェイサポーターを歓迎する「おしもてなし（推し活×おもてなし）」を実施しました。

駅やスタジアムをチームカラーで装飾したほか、高校生による歓迎書道の展示、市内店舗での飲食特典などで、訪れたサポーターをおもてなしました。

▲歓迎メッセージで
サイネージをジャック

問都市ブランド創造局○○推し課☎582・3690

広告の申し込みは㈱キョウエイアドインターナショナル 0120・609・450まで。
※広告内容と北九州市とは直接関係ありません。