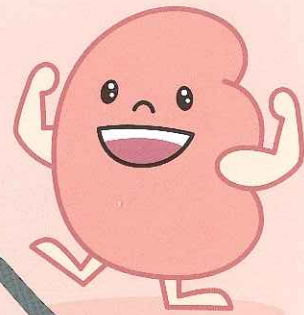




CKDとともに 働ける社会へ



～治療と仕事の両立支援4つのポイント～

ポイント

1 慢性腎臓病(CKD)は、「治療可能」「治療が必要」な病気です

✓CKDは、早期発見・早期治療が大切

- CKDは放置すると末期腎不全や脳心血管病に進行する病気で、尿たんぱくと腎機能(血清クレアチニン・eGFR)を調べることで診断でき、健診で早期に見つけることが可能です。
- 早めに治療すれば効果が高い一方で、かなり進行するまで自覚症状がほとんどありません。
- 早期治療は、将来の透析リスクを下げるだけでなく、脳心血管病や認知症の予防にもつながり、長く健康に働くことを支えてくれます。

勤労世代に多い「慢性腎炎」



生活習慣病とは無関係に発症し、たんぱく尿と血尿が同時に出現しやすい点が特徴です。



チェック!

尿たんぱく+2以上は、特にハイリスクです。早めの受診勧奨を!

慢性腎臓病について

<https://j-ka.or.jp/ckd/>



CKDの予防と治療

<https://j-ka.or.jp/ckd/care.php>



ポイント

2 治療の継続、そして 職場・生活での工夫が大切!



治療を中断せず続けることが、
進行を防ぐうえで最も重要です。



職場では、勤務や通院に
配慮した環境を整えましょう。



日常生活の工夫と無理のない
働き方で腎臓を守りましょう。

／当てはまったら要チェック!／

CKDの主な原因&高リスク

- | | |
|--|---------------------------------|
| ☐ 糖尿病 | ☐ 高血圧 |
| ☐ 慢性腎炎 | |
| ☐ 加齢 | ☐ 喫煙 |
| ☐ 肥満 | ☐ 食生活の乱れ |
| ☐ 脱水 | ☐ ストレス |
| ☐ 睡眠不足 | ☐ 運動不足 |
| ☐ 過度な身体活動(過労など) | |

糖尿病と
高血圧は
CKDの
2大原因!

腎機能をチェック! (GFR値の自動換算)

尿たんぱくと腎機能低下(血清クレアチニン値やeGFR)で診断できます。

<https://j-ka.or.jp/ckd/check.php>



両立には、企業と医療の協力が不可欠です

裏面もご確認ください▶▶▶

透析や移植が必要になっても、仕事の継続・再開が可能です

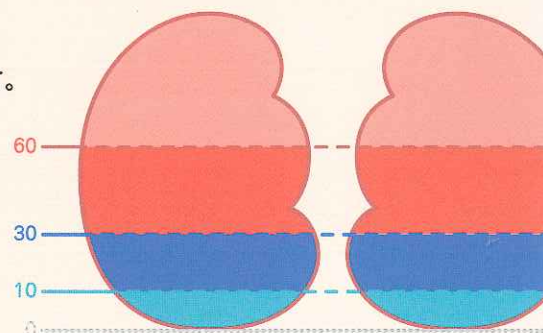
✓腎機能の指標(eGFR)が60未満ならCKDの可能性あります

▼腎機能低下のイメージ ※正常を100%としたとき

60%未満 …… 症状はありませんが、心臓病や脳卒中のリスクが高まります。

30%未満 …… 疲れやすいなど自覚症状が出始めます。

10%未満 …… 呼吸困難などが出現し、透析や腎移植が必要です。



リーフレット「腎臓で後悔したくないあなたへ」

<https://ckd-research.jp/download/>



✓治療の種類と生活への影響

血液透析・腹膜透析・腎移植の3つがあります。治療開始には入院が必要ですが、事前準備で期間を短縮できます。

血液透析

- 週3回の通院が必要です。夜間やオーバーナイト透析に対応する施設もあり、働き方に合わせた選択ができます。
- 出張先での臨時透析も可能です。



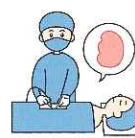
腹膜透析

- 毎日3～4回の透析液交換と、月1～2回の通院が必要です。
- 職場や外出先、宿泊施設等でも実施できます。



腎移植

- 免疫抑制薬の内服と月1回程度の通院が必要です。
- 入院期間は2週間～1ヶ月ほどです。



※透析ではシャント閉塞や腹膜炎など、急な受診や入院が必要なことがあります。※透析開始後や腎移植後の体調安定には数か月かかることがあります。

働き方や生活に合わせた
最適な治療を選びましょう。

チェック!



治療と仕事の両立について、医療・社会支援を利用できます

✓CKD治療の継続に活用できる制度

- 高額療養費制度や身体障害者手帳、指定難病医療費助成などについては、専門スタッフ(医療ソーシャルワーカー:MSW)に相談できます。
- 透析や移植にかかる医療費については、特定疾病医療費助成制度の活用や身体障害者1級の取得が可能です。

両立支援の取組方法や制度・相談先をリンクから確認しましょう。



CKDにおける治療と仕事の両立に関する手引き

https://jsn.or.jp/academicinfo/report/CKD_ryoritsu-shien_manuel.pdf

じん臓機能障害での身体障害者手帳の認定基準

https://jsn.or.jp/data/kidney_dysfunction_flyer.pdf



厚生労働省 「治療と仕事の両立支援ナビ」

治療と仕事の両立

検索

<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp>



事業者向け
労働者向け

