

健診の結果は大丈夫でしたか？



今月下旬頃、4月に受けた学校健診の結果が届く予定です。結果が再検査・精密検査・専門医受診の判定になっていた方は自覚症状がなくても受診しましょう。異常を早く見つけて早く治療することで、あらゆる負担が軽くなります。保健室からも個別にメールをお送りします。受診の際は、学校健診の結果を持参してください。

まだ健康診断を受けていない方は**5月31日まで**にご自身で近医を予約し受診してください。これ以降に受診すると費用が自己負担になってまいります。「健康診断証明書」が必要な最終学年の方は特にご注意ください。

今月号は健診で引っかかる方が多い検尿についての特集です。

【検尿の目的】

腎機能が低下しても自覚症状はなかなか現れません。慢性の腎不全では、通常の腎機能の3分の1以下になって初めて倦怠感などの症状が出てきます。このように自覚症状の出にくい腎臓の障害を早く発見することで、将来の透析導入を防いだり遅らせたりすることができます。

【血尿が出たら】

目で見てわかる血尿の場合を除き、心配しすぎる必要はありません。無症候性血尿といわれる、他に特別な症状のないものが大部分です。膀胱炎・性感染症・結石・腎炎・悪性腫瘍などの可能性もあります。➡泌尿器科もしくはかかりつけの内科を受診しましょう。女性は月経前3～4日、月経後5～6日を避けて受診してください。

【血尿と蛋白尿の両方が出たら】

腎炎など治療が必要な病気が隠れている可能性があります。➡腎臓内科もしくはかかりつけの内科を受診しましょう。

【蛋白尿が出たら】

体を動かした後・水分不足・風邪をひいた後・疲労・ストレス・睡眠不足などでも出ることがあります。急性糸球体腎炎や慢性糸球体腎炎など病気の場合もあります。➡腎臓内科もしくはかかりつけの内科を受診しましょう。

「起立性蛋白尿」

学校健診で蛋白尿単独で指摘される原因として最も多いものです。活動中に作られた尿には蛋白が検出されますが、眠っている間に作られた尿では蛋白は検出されません。腎機能予後に悪い影響はないと考えられており、特別な治療は要りません。➡眠る直前に排尿し、起床直後の尿を採りましょう。

「尿が濃いだけ」

眠っている間に作られる尿は、眠る前に大量に水分を取らない限り、かなり濃縮された尿となります。尿が濃縮されると尿中の蛋白濃度はどうしても上昇してしまうため、蛋白陽性となってしまうことがあります。➡医療機関で尿検査を受ければ区別可能です。

「病的な蛋白尿」

病的に蛋白尿が出ている場合は大きな問題が潜んでいる可能性あり。➡精密検査が必要です。

「慢性糸球体腎炎」

糸球体とは腎臓にある「ろ過装置」のようなもの。この部分で炎症が起こると血尿と蛋白尿が見られるようになります。この病気にはいくつかの種類があります。➡最も多いのは「IgA腎症」という病気。重症度にもよりますが、放っておくと腎不全に進行する危険性があります。きちんと検査を受け、しっかり治療すれば治ることの多い病気でもあります。

【尿糖が出たら】

糖尿病が学校健診で発見されることは多くありません。一方で、腎性糖尿といって、血糖値は高くないにも関わらず尿中に糖が漏れ出してしまっている状態があります。この場合、治療の必要はありません。➡糖尿病との鑑別を要するので、かかりつけの内科を受診しましょう。