

千曲市では、国が定める※基本検査に、 尿蛋白定量検査・尿クレアチニン検査と心電図検査を追加しています

※基本検査：身体計測、血圧測定、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、尿検査（尿糖・尿蛋白）

【尿蛋白定量検査・尿クレアチニン検査】

慢性腎臓病の早期発見のために平成 28 年度に追加した検査です。

慢性腎臓病とは、腎臓の機能が慢性的に低下している状態を指す総称です。血液検査や尿検査などによって、腎臓機能の低下や尿蛋白の陽性が 3 か月以上にわたって確認されると、慢性腎臓病と診断されます。慢性腎臓病が進行すると、心筋梗塞や脳梗塞のリスクが高くなり、重症化すると人工透析が必要になります。

慢性腎臓病は進行して透析直前になるまで症状に乏しいため、早期発見のためには健診（検査）を受けることが必要です。

★尿蛋白検査の内容

- ①尿試験紙法：一般的な健康診断で用いられています。簡単に検査できますが、受診者の状態により尿が希釈されたり濃縮されたりすることがあり、結果に誤差が出ます。
- ②尿定量検査：尿の濃さによる影響の少ない尿蛋白定量検査です。尿蛋白定量検査と尿クレアチニン（Cr）検査をすることで、「尿蛋白/Cr 比（g/gCr）（クレアチニン補正值）」を算出し、指標とします。

| | 蛋白尿分類 | | |
|-------------------|---------|-----------|---------|
| | 正常 | 軽度蛋白尿 | 高度蛋白尿 |
| ①尿試験紙法 | (-) | (±) ~ (+) | (2+) 以上 |
| ②尿蛋白/Cr 比 (g/gCr) | 0.15 未満 | 0.15~0.49 | 0.50 以上 |

医療機関を受診しましょう。特に、高度尿蛋白の方は、専門医を受診し、腎臓の障害を確認しましょう。腎臓を守るため、生活習慣病の予防・治療をしましょう。

【心電図検査】

脳卒中や循環器病は介護を必要とする状態になる原因の主要なものです。

千曲市では脳卒中・循環器法に基づき、循環器病の予防に取り組むことで、健康寿命の延伸及び住民の医療・介護にかかわる負担軽減を図るため、令和 2 年度から全員実施にしました。

心電図検査では、脈の乱れ（不整脈）などを知ることができ、不整脈が原因で心臓にできた血栓が脳の血管を詰まらせて起こる脳梗塞（心原性脳塞栓症）も予防することができます。

市では、①生活習慣を見直し、心臓、腎臓に余計な負担をかけない（発症予防）、②健診で慢性腎臓病や不整脈を早期に発見する（早期発見）、③健診で見つかった慢性腎臓病や慢性腎臓病を放置しないで、かかりつけ医や専門医によって適切な治療を受ける（重症化予防）を推進しています。また、健診結果に応じて保健師・管理栄養士がお話を伺う場合があります。