監修：大阪大学大学院 人間科学研究科 教授 平井 啓 先生

健診で初めてわかった、腎臓の変化サイン。



もし放置すると、
今の生活を続けられなくなることがあります。

もし 慢性腎臓病（CKD）を放置して進行してしまったら、以下のことに気をつける必要があります。

❶心筋梗塞などの心血管疾患

CKDの患者さんは、健康な人と比べて心筋梗塞や脳卒中を発症しやすいため*、合併症の発症やその後遺症により入院が必要になったり、日常の身体活動が以前よりも制限される可能性があります。



*Tanaka K, et al. Kidney Int 2017; 91: 227-34.

❷人工透析・腎移植などの治療

CKDの進行がさらに進むと、食事制限や薬による治療だけでなく、人工透析や腎移植が必要となることがあります。人工透析は週数回の通院が必要となるため、生活パターンが変わることが多いです。





※イラストはイメージです

腎臓に詳しい**医師に早めに相談**すれば、
CKDの進行を抑える可能性があります。
そのチャンスは、**今**です。

早めの受診と
少しの生活習慣の見直しが、
腎臓の機能を守るための第一歩です。

裏面でご自身の健診結果をチェック

慢性腎臓病（CKD）早期対処のための4つのステップ

ステップ1

● 健診結果の確認

あなたの健診結果の「尿蛋白」と「eGFR」を確認してください

尿検査	尿糖	（−）
	尿蛋白	（1＋）
	尿潜血	（−）

尿蛋白が（1+/2+/3+）ならCKDの可能性があります

※（±）の場合は、前回の健診結果も確認ください。もし2年連続で（±）の場合は、ステップ❷以降に進むことをおすすめします

腎機能	尿素窒素（BUN）	12.1
	血清クレアチニン値	1.1
	eGFR	56.9

eGFRの値が60未満ならCKDの可能性があります

※健診の必須項目ではないため、測定されていないことがあります



「腎臓からのSOSを見逃していませんか?」（厚生労働省、https://www.mhlw.go.jp/content/000944505.pdf）を参考に当社作成

上記の項目のどちらか1つでも該当していた方は、以下のステップにお進みください。

ステップ2

● 相談可能な医療機関の確認

本リーフレット下部に記載されているお住まいの自治体の問い合わせ先に連絡し、相談可能な医療機関を確認してください。



ステップ3

● 受診の予約

受診可能な日程を確認し、相談する医療機関に受診予約を取ってください。

▼私の受診予定日時（ご記入ください）

日時：　　月　　日　　：　　～

医療機関名：



ステップ4

● 医療機関の受診

健診結果を持って、予約した医療機関を受診してください。



Boehringer Ingelheim

静岡県と日本ベーリンガーインゲルハイム株式会社は「静岡県における慢性腎臓病対策に関する連携協定」を締結しました。

静岡県ホームページではCKDに関する情報を掲載しています

2026年10月作成