

共済腎語

舞鶴共済病院 腎臓サポートチーム発行

Vol.003

2024. Apr

【管理栄養士コラム 竹上香奈恵】

慢性腎臓病と食事について

めざせ
6 g 未満/日



慢性腎臓病の進行を少しでも遅らせるためには、生活習慣の見直しや、食事療法をすることがとても大切です。食事療法は患者さんの腎臓病のステージによって内容が大きく異なりますが、どのステージの方にとっても「減塩」が大事になってきます。まずは、加工品の食品表示を見るなど塩分を意識することから始めてみましょう。

栄養成分表示に注目

栄養成分表示 (100g 当たり)

熱量95kcal、たんぱく質12.0g

脂質0.9g、炭水化物9.7g

食塩相当量2.5g

食塩相当量の記載がない時は
ナトリウム×2.54で食塩量が
計算できます



梅干し1粒
2.2g



たくわん2切れ
0.9g



ちくわ1本
0.5g



ウインナー1本
0.5g

【社会福祉士コラム 大江峻史】

慢性腎臓病(CKD)と2人主治医制

2人主治医制とは、患者さん一人に対し、当院の医師と地域の「かかりつけ医」が互いに連携しながら共同で継続的に治療を行うことです。かかりつけ医は、日頃の健康管理(予防・治療)、生活習慣の指導などを行う地域の身近なお医者さんです。CKDは自覚症状がほとんどないまま進行していきます。そのため、日頃からかかりつけ医での治療と予防意識をもって健康管理を行っていきましょう。



地域の医療機関
日常的な診療と
健康相談など



患者さん
病状に合わせ、
定期通院と専門的治療
を受けられる



急性期病院
手術や救急医療、
高度検査、入院など

