



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

- 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、脳心血管疾患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

- | | |
|-------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 糖尿病 | <input type="checkbox"/> 高血圧 |
| <input type="checkbox"/> 慢性腎炎 | <input type="checkbox"/> 喫煙 |
| <input type="checkbox"/> 加齢 | <input type="checkbox"/> 食生活の乱れ |
| <input type="checkbox"/> 肥満 | <input type="checkbox"/> ストレス |
| <input type="checkbox"/> 脱水 | <input type="checkbox"/> 運動不足 |
| <input type="checkbox"/> 睡眠不足 | <input type="checkbox"/> 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▶▶▶

3 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

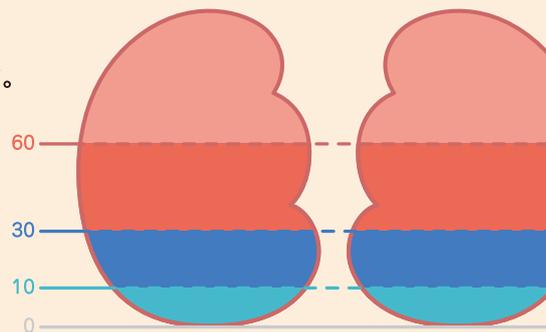
✓ 腎機能の指標(eGFR)が60未満ならCKDの可能性がります

▼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/>

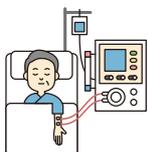


✓ 治療の種類と生活への影響

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になることがあります。※透析後の体調安定には数ヶ月かかることがありますが、腎移植は回復が比較的早いことが多いです。

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!



4 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

