

腎疾患患者の生活指導・食事療法に関するガイドライン

序文

腎疾患の生活指導ガイドライン（委員長 石田 尚志先生，副委員長 小山 哲夫先生）と食事療法ガイドライン（委員長 椎貝 達夫先生，副委員長 二瓶 宏先生）が完成したので，本学会誌にその全文を発表することになりました。両委員会が発足したのは平成6年11月で，平成8年9月までに生活指導の委員会は10回，食事療法の委員会は9回，さらに両方の合同委員会が3回行われて，やっと印刷出版にこぎつけたものです。委員の皆様が腎臓学会の事務所で手弁当で熱心に討議を重ねられて今日に至った次第です。委員の先生方に深甚の敬意と感謝を申し上げます。この間，平成7年12月の第38回日本腎臓学会総会で開示し，また平成8年5月の第39回同総会で報告が行われ，会員の先生方から貴重なご意見を頂戴しました。

平成6年1月に社団法人化した日本腎臓学会の重要な事業の一つに，腎臓疾患に関する一般の啓発，ならびに普及活動があります。これをうけて先ず最初に本学会と厚生省特定疾患進行性腎障害調査研究班との合同委員会が“IgA腎症診療指針”を世に出しました。第2弾がおよそ2年の歳月をかけたこの生活指導と食事療法のガイドラインです。当然のことながら，このフルテキスト版の本学会誌への掲載後に，簡潔な一般臨床医向けバージョン版の発刊もこの委員会にお願いすることになっています。

願いますと，生活指導については昭和62年10月に開催された第30回日本腎臓学会総会（宮原 正会長）の記念事業の一つとして“腎炎・ネフローゼ患者の生活指導指針”の小冊子が腎臓学会と厚生省特定疾患進行性腎障害調査研究班の合同事業（委員長 東條 静夫先生）として刊行されました。一方，日本腎臓学会では昭和48年に第一次栄養委員会（委員長 杉野 信博先生）が発足し，昭和52年に医師向けの報告書を上梓し，昭和55年にこれをもとにして患者さん向けの“腎臓病食事療法の手引き”が編纂されました。長い間これらの指針が用いられてきましたが，今後は今回掲載された指針が用いられることになるでしょう。そして5年，10年後には腎臓病学の進歩を踏まえて再び新たな指針が世に出されるものと思われまふ。この二つのガイドラインが腎臓学会会員諸氏を中心に十分に腎臓病の治療に活用され，腎臓病患者さんの福音となることを祈ってやみません。

1997年2月

日本腎臓学会理事長

長 澤 俊 彦

編集にあたって

平成6年11月に日本腎臓学会の渉外・企画委員会（黒川 清委員長）の企画で「腎疾患患者の食事療法に関する小委員会」と「腎疾患患者の生活指導に関する小委員会」が発足しました。顧みますと、食事療法については昭和52年に日本腎臓学会の第一次栄養委員会（杉野 信博委員長）からの報告書が刊行されております。また生活指導につきましては昭和62年に当時東條静夫先生が班長をされていた厚生省特定疾患進行性腎障害調査研究班の協力のもとに、第30回日本腎臓学会総会（宮原 正会長）の記念事業の一つとして「腎炎・ネフローゼ患者の生活指導指針」が出版されております。今回の「腎疾患患者の生活指導・食事療法に関するガイドライン」の出発点はこの二つに遡ることができます。そしてふたつの小委員会は、これらの見直しと充実を目指して検討を重ね、第38・39回日本腎臓学会総会（酒井 紀会長、大澤源吾会長）での開示・報告を経て今日に至りました。

ご承知のように特に昨今の分子生物学の進歩とその応用は、腎臓病学にも大きなインパクトをもたらし、病態の把握、診断と治療の進歩には目をみはるものがあります。今回の新しいガイドラインの作成はこのような時代の背景を持つものであります。私達は2年余をかけ、勉強し、検討を重ね、まとめを行うことになりました。しかしこの間、東條先生がすでに指摘されましたように、個人個人の社会的、経済的背景の違い、病型・病期の違い、合併症の有無や年齢・性差などからみて画一的な基準を設けることがいかに至難なことであるかを何度も思い知らされました。またこれまでに集積された情報、資料も特に長期的な観点ではまだ十分でないことも改めて実感致しました。

医学、医療の現状は意見の不一致の面が少なくありませんが、この度のガイドラインについても同様な問題が残されていると思います。しかし、今後何度もscrap and buildが重ねられれば必ず解決するものと信じます。その道程の中のひとつとして私達は最大限の努力を尽くしたつもりです。ガイドライン作成にあたって、留意しましたことのひとつは腎臓疾患に関連する他の学会の動向であります。特に糖尿病と妊娠中毒症などについては意向を十分とり入れました。このことについてアドバイザーの方をはじめ、多くの方々のご協力を頂いたことに深く感謝申し上げます。

最後に全般の作業を通して、適切にご指示を頂いた渉外・企画委員会、ならびに二度にわたる総会で開示と発表の機会を与えて下さったお二人の会長と、ガイドラインについて関心と貴重なご意見を寄せられた日本腎臓学会会員各位に対して改めて御礼申し上げます。

「腎疾患患者の生活指導に関する小委員会」ならびに「腎疾患患者の食事療法に関する小委員会」合同委員会

■生活指導に関する小委員会

委員長 石田 尚志（聖マリアンナ医科大学・内科）
 副委員長 小山 哲夫（筑波大学臨床医学系・内科）
 委員 伊藤 克己（東京女子医科大学・腎臓小児科）
 齋藤 喬雄（東北大学医学部・内科）
 佐野 元昭（帝京大学医学部・内科）
 野本 保夫（東海大学医学部・内科）
 御手洗 哲也（埼玉医科大学総合医療センター・内科）
 アドバイザー 河盛 隆造（順天堂大学医学部・内科）
 中林 正雄（東京女子医科大学母子総合医療センター・産婦人科）

■食事療法に関する小委員会

委員長 椎貝 達夫（総合病院取手協同病院・院長）
 副委員長 二瓶 宏（東京女子医科大学・内科）
 委員 出浦 照國（昭和大学藤が丘病院・腎臓内科）
 伊藤 克己（東京女子医科大学・腎臓小児科）
 中尾 俊之（東京医科大学・腎臓科）
 水入 苑生（東邦大学医学部・腎臓学）

目次

I. 腎疾患の分類	4
1. 腎疾患の主要病型	4
1) 糸球体疾患の臨床症候分類	4
2) 糖尿病性腎症	4
3) ループス腎炎	5
4) 腎硬化症・高血圧性腎障害	6
5) 多発性嚢胞腎	6
2. 腎機能障害の区分	7
II. 生活指導	8
1. 基本方針	8
2. 生活指導区分	8
1) 成人の生活指導区分	8
2) 小児の生活指導区分	9
3. 生活指導のガイドライン	10
1) 成人の生活指導	10
2) 小児の生活指導	16
III. 食事療法	18
1. 基本方針	18
2. 成人腎疾患の食事療法	18
3. 小児腎疾患の食事療法	25
IV. 参考資料	29
1. 検尿から診断へ	29
1) 尿検査	29
2) 血液検査	29
3) 腎機能検査	29
4) 血圧測定	30
5) 画像診断	30
6) 腎生検	30
2. 検尿システム	30
1) 学校検尿	30
2) 職場検尿	31
3. わが国の腎疾患の現況	32
4. 糸球体疾患のWHO分類	34
V. 文献	35