2023.10 No.60

産業医大通信

U O E H

◆CKDの腎保護について

◆乾癬（かんせん）について

産業医科大学通信
University of Occupational and Environmental Health, Japan

学校法人　産業医科大学　総務部総務課
〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1
TEL 093-603-1611（代表）
https://www.uoeh-u.ac.jp/

2023年10月20日発行（隔月20日発行）

Contents

◆CKDの腎保護について

◆乾癬（かんせん）について

報道機関で紹介された
産業医科大学（8/2～9/13）

Information

テレビ出演のご紹介（9/2）

掲載記事等のご紹介
（8/22 西日本新聞）

第10回出前出張公開講座のご案内

掲載記事等のご紹介
（9/8 西日本新聞）

産業医科大学
モバイルサイト
こちらから！
https://www.uoeh-u.ac.jp/

若松南海岸通り（若松区）

CKDの腎保護について

腎センター　部長　宮　本　　哲

CKDはChronic Kidney Disease（慢性腎臓病）の略で、腎機能が低下しているか、もしくは蛋白尿が出るといった腎臓の異常が３か月以上続く状態をいいます。ここでは腎機能が低下したCKDのお話をします。CKDは全国に約1,330万人（約８人に１人）の患者さんがいると推測されています。CKDを放置すると腎機能がますます低下し、透析や移植が必要となる可能性がでてきます。CKDになると腎臓の機能が悪くなってしまうだけではなく、血圧の上昇などを介して心血管病（脳卒中や心臓病）になりやすくなることがわかっています。さらに、CKDはサルコペニア（筋肉量の減少に伴い筋力や身体機能が低下した状態）や低栄養といった生命に直結する病態を悪化させると言われています。特に高齢者では要注意です。

このように、腎臓はさまざまな臓器と繋がっており、お互いに影響を及ぼし合っています。そのためCKDの治療は腎臓を守るだけなく全身を守ることにつながります。さらには寿命を延ばすことにつながるかもしれません。CKDであることが判明したら積極的に介入し進行を食い止める努力が必要です。ここで、問題が二つあります。一つは、CKDは相当進行しないと「症状がない」こと、二つ目は「特効薬がない」ことです。「症状がない」ということは発見の遅れにつながります。一方、症状が出現するほど進行した状態で見つかってからでは進行を食い止めることは難しくなります。定期的に健診を受けていただき、検尿異常や腎機能の低下を指摘されたらお近くの病院を受診して専門医受診へ繋げてください。

次に、「特効薬がない」ということですが、図１の写真を見ていただきたいです。腎生検（腎臓の組織を少し採取して顕微鏡で観察する検査）の写真ですが、上段は腎臓の機能が低下していない患者さん、下段は腎臓の機能が正常の１／４程度に低下した患者さんのものです。お二人とも同じ年齢で共にIgA腎症という病気ですが、下段の写真は上段の写真と比較して青い部分が多く、正常なところは一割もありません。青は線維化している場所を示し、この場所は腎臓の機能を果たしておらず元に戻りません。青い部分が広がるほど、残った部位に腎臓の仕事の負担が集中します。すると元気なところも過労で潰れてしまい、腎臓の機能がさらに低下していきます。このため、CKDの治療目標は残った元気な場所にできるだけ負担をかけないようにして、「これ以上腎機能を低下させないこと」、または「できるだけ低下するスピードを遅らせること」になります。これを腎保護といいます。

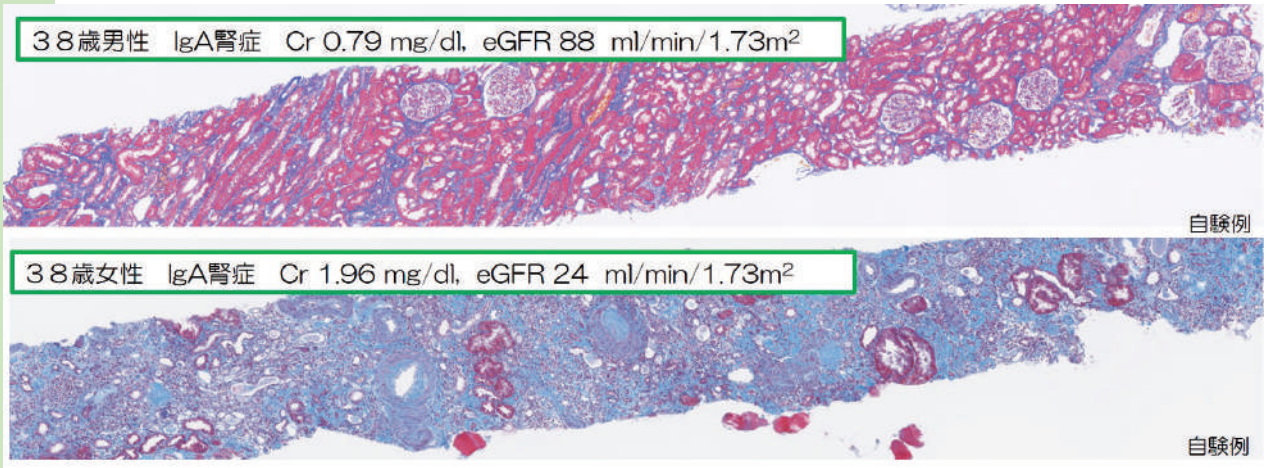

図１　腎生検組織所見（上段：腎機能正常、下段：腎機能が１／４に低下

腎保護のために必要なこと（＝腎保護療法）を図２に示します。食事療法を含む生活習慣管理と薬物療法の二本立てになります。食事では減塩が大事です。ただし、夏場など汗を良くかくような状況では過度の減塩が脱水を招き逆効果になることがしばしばあるので注意が必要です。「腎臓が悪くなるとたんぱくを減らさないといけない」と思われている方もいると思いますが、CKDのたんぱく制限については慎重に適応を決める必要がありますし（適応となる患者さんは少ないです）、取り

組む場合は厳密なモニタリングのもと行わないと危険です。必ず担当医に相談して、自己判断で低たんぱくに取り組むことは控えてください。血圧が上昇するとCKDが悪化し、CKDが悪化すると高血圧も悪化するという悪循環が生じます。全身の血圧が上がると、腎臓の中の糸球体(しきゅうたい・毛細血管の塊)内圧が上がり、その結果、腎臓の機能も悪化するわけです。腎臓の機能が低下すると体内に塩分が貯留するということがあります。塩分貯留は高血圧の一つの原因になりますから、どこかでこの悪循環を断たないといけません。血圧管理は腎保護療法の肝と言えます。これには血圧降下薬の内服や減塩が有効です。腎保護効果が確かめられている薬としてRAS阻害薬（ACE阻害薬、ARB、MR拮抗薬）やSGLT2阻害薬と呼ばれる薬があります。RAS阻害薬には血圧を下げる効果もありますし、SGLT2阻害薬は血糖を下げる効果がありますが、どちらの薬も状況によっては逆効果となる場合もあります。

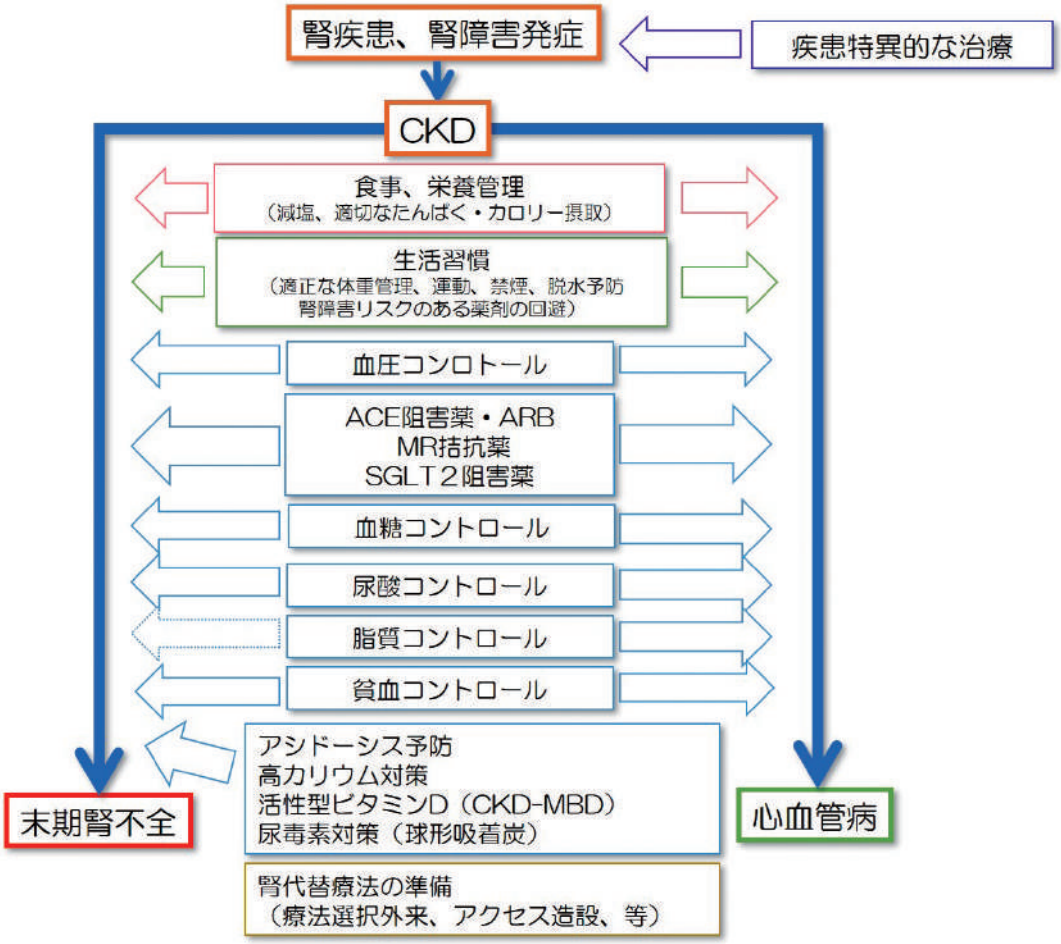

図２　CKDの腎保護療法

CKDは残念ながら「このお薬を飲んでおけば良くなりますよ」と言える病気ではありません。しかし、患者さんの協力のもと腎保護療法を積極的に実践することができれば、これ以上悪くならないように、または悪くなるスピードを遅くすることが可能です。図１の下の写真の患者さんも生検検査を行ったときは元気なところが１割もありませんでしたが、あれから積極的に腎保護療法に取り組まれ３年５か月が経過しても腎機能は悪化していません。CKDだと言われたら「CKDはどうせ良くならないから」と諦めずに、是非、腎保護療法に取り組んでいただければと願います。

乾癬（かんせん）について

皮膚科学　教授　澤　田　雄　宇

乾癬（かんせん）とは、炎症を生じる皮膚疾患の一つであり、皮膚の角質が厚くなり皮膚が腫れたような紅みを呈します（図１）。中々治りにくい、一旦軽快しても再燃する皮膚炎です。当院皮膚科ではよくご紹介いただく皮膚疾患の一つであり、なかなか治りにくい湿疹として加療を受けている症例が思いのほか多く存在しています。従いまして、皮膚疾患の診察を行う際には治療を行う前から正しい診断を行わないといけませんし、乾癬の皮膚炎から全身に炎症が波及する疾患ですので、しっかりとした病気や治療の理解が必要になります。そして、思いのほか多くの患者さんがいるのではないかと私個人としては考えておりますので、もし該当する方がおられましたら、皮膚科を受診するように検討されてみても良いかもしれません。

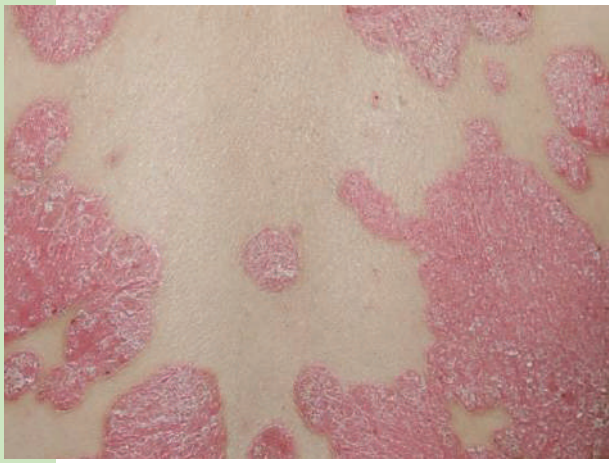

図１

まず初めに、乾癬について知るためには、簡単ではありますが皮膚の解剖について理解をする必要があります。皮膚を立て切りにしてみますと、皮膚は角層・表皮・真皮があり、その下には皮下脂肪織が並びます（図２）。乾癬の皮膚炎の特徴としては、角層・表皮が厚くなり、真皮では炎症を起こす免疫細胞が活発に働くことで炎症を伴います。外的刺激に対して容易に皮膚炎が誘発される事から肘や膝などよく擦れる部位に皮膚炎が残りやすいのが特徴です。また、痒みを伴う事が多いですので、掻いたところから乾癬の皮膚炎が生じることも多いです。

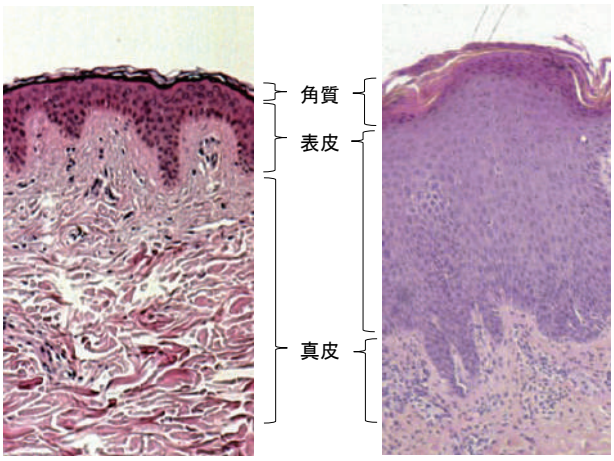

図２

それではなぜ乾癬の皮膚炎が生じるのでしょうか。現時点ではその大元の要因はよく分かっておりません。しかし、なぜ乾癬の皮膚炎が悪化するのかについてはある程度明らかになっています。先ほど述べたように、外的刺激などを契機として皮膚表皮に存在する角化細胞が敏感に反応して様々な物質を遊離します。その中には免疫細胞を活発にする働きがある物質が含まれていることが分かっています。それが契機となり皮膚に存在する免疫細胞が活発になり、皮膚炎を生じる様々な物質を遊離します。それが皮膚炎を生じる原因として考えられています。

もう少し具体的に言いますと、先ほど述べた角化細胞から遊離された物質によって免疫の司令塔である樹状細胞がTNF-α、IL-23という物質を放出します。そうしますと、皮膚内に存在するTh17細胞という炎症を生じる免疫細胞を活発にさせ、IL-17並びにIL-22という物質を放ちます。それらが要因で皮膚が赤く腫れたり、角質や表皮が厚くなる特徴的な乾癬の皮膚炎を生じます。

乾癬は強い皮膚の炎症を生じますので、その炎症が全身臓器に波及しさまざまな合併症を起こす病気でもあります。心筋梗塞・脳梗塞をはじめとした生命に危険を及ぼす病気も生じてしまう事もありますし、肝臓や腎臓・肺にも影響があることが分かっていますので、皮膚のみならず全身の臓

器への影響をしっかりと治療前並びに治療経過中も評価しなければなりません。また、必要に応じて乾癬の治療と並行してそれらの合併症治療を行わないといけないことも多々あります。

つぎに爪を見てみましょう。乾癬では爪にも変化を生じる場合が多く存在します。よく見てみると爪の陥凹と呼ばれる小さなへこみが伴う場合があります（図３）。その場合は関節炎を伴っている場合が多いですので、乾癬の患者さんの中でもさらに注意が必要です。頭部はどうでしょうか。なかなか頑固なフケでお悩みの方は頭部乾癬の可能性を念頭に一度皮膚科を受診してみることをお勧めします。爪並びに頭部病変がある方は乾癬に伴う関節炎を伴う場合が多くあります。乾癬に伴う関節炎は日本人ですと20％程度の方に伴っている事が分かっていますので、しっかりとした評価が必要となります。

図３

治療は外用剤を主体とした治療を行いますが、難治である場合は光線治療や免疫抑制剤などをはじめとした内服治療を行います。それらでも治療が難しい状況であれば、生物学的製剤という病態に即した悪化因子をピンポイントで抑え込む治療法があります。しかし、先ほどもお伝えしたように治療の前にしっかりとした診断を付ける必要がありますし、全身合併症の評価が必要になりますので、乾癬患者の場合は全身管理がしっかりと行える病院で治療する必要がある皮膚の病気です。

最後に、乾癬と生活習慣についてお話しします。乾癬の皮膚炎はその時々の身体的な状況や外的環境要因によって一定の変化を生じるのではなく、ある程度の“ゆらぎ”を生じます。具体的には、ある日は皮膚炎の調子が良いのだけれど、その翌日は皮膚炎が悪くなることも経験します。患者さんが良くお話されることとして、アルコールやたばこ、食事内容で肉を多く食べたり、不摂生がたたると皮膚炎が悪くなることがあり、統計学的にもその関係性が明らかになっています。事実、ライフスタイルの欧米化に伴い乾癬の患者数は増加している事、日本人と比べて欧米人は乾癬の比率が高い事からも、私たちを取り巻くライフスタイルが乾癬の発症・増悪に影響を与えていることが理解できると思います。また、寝不足になることも乾癬の皮膚炎を悪くすることが分かっていますし、夜間の交代勤務を行っている方は乾癬のリスクが上昇する事が分かっています。

その一方で、魚を多く摂取することや禁煙・飲酒を控えるなど、いわゆる健康的な生活を送ることに日々努めることは乾癬の皮膚炎の軽減にもつながる事が分かっています。まだ、そのメカニズムの全体像が明らかになっていませんが、乾癬という皮膚炎は日々の生活習慣と密につながり、多様な病態により悪化を生じることが分かっています。そのような変化をしめす治りにくい湿疹としてお悩みの方も皮膚科を受診されてみてはいかがでしょうか。

報道機関で紹介された産業医科大学

2023.10 No.60

本学ホームページにも最新情報を掲載しています。「産業医大 報道」で検索してください。

〈８月２日(水)～９月13日(水)〉（広告、開催案内等の記事除く）

日時	媒体名	内容	所属	氏名
８月２日(水)	毎日新聞	医療の疑問にやさしく答える患者塾 消化器病～最新の見つけ方と治し方<上>	産業医科大学 第１外科学	平田　敬治 柴尾　和徳 佐藤　典宏 森　泰寿
８月８日(火)	読売新聞	急性期診療棟 新たに建設	産業医科大学病院	
８月16日(水)	読売新聞	病院の実力 主な医療機関の睡眠障害の治療実績 (2022 年)	産業医科大学病院 産業医科大学若松病院	
８月17日(木)	読売新聞 毎日新聞	産業医科大学病院　急性期診療棟 診療開始	産業医科大学病院	
８月17日(木)	NHK 「きょうの健康」	ニュース「増える高齢者の仕事中の事故」で、健康に働く秘けつを紹介	高年齢労働者産業保健研究センター	財津　将嘉
８月21日(月)	読売新聞	「建設・製造現場 熱中症注意」で、高齢化や地球温暖化による熱中症のリスクについて	産業保健管理学	堀江　正知
８月22日(火)	西日本新聞	産医大病院に恩返し 低体重で出生の中学生 お年玉を寄付	産業医科大学病院	
８月23日(水)	読売新聞	病院の実力　九州・山口編 「睡眠障害」医療機関別2022年治療実績	産業医科大学病院 産業医科大学若松病院	
９月２日(土)	KBC「とっても健康らんど」	メニエール病についてコメント	産業医科大学病院 耳鼻咽喉科・頭頸部外科学	堀　龍介
９月６日(水)	毎日新聞	医療の疑問にやさしく答える患者塾 消化器病～最新の見つけ方と治し方<中>	産業医科大学 第１外科学	平田　敬治 柴尾　和徳 佐藤　典宏 森　泰寿
９月８日(金)	西日本新聞	ラグビーW杯 リーチ·マイケル復活 北九州からけがで引退危機、支えた名医	若松病院 整形外科	内田　宗志
９月12日(火)	西日本新聞	白熱！堀川カヌーレース　折尾駅周辺でシン·オリオンピック主催の実行委員会に本学の学生が参加	産業医科大学	
９月13日(水)	読売新聞	折尾に笑顔 オリオンピック主催の実行委員会に本学の学生が参加	産業医科大学	

9.2 耳鼻咽喉科・頭頸部外科学 堀 龍介 教授が KBC「とっても健康らんど」に出演

９月２日（土）午前10時00分からKBCで放送された「とっても健康らんど」に、耳鼻咽喉科・頭頸部外科学の堀 龍介 教授が出演されました。「メニエール病」の原因・症状・治療法などについてコメントされました。

掲載された本学の記事

2023.10 No.60

令和５年８月22日（火）西日本新聞 朝刊 18面 （北九州 京築面）

産医大病院に恩返し
低体重で出生の中学生 お年玉を寄付
「子ども救う環境整備に」

産業医科大学病院

（記事掲載許諾期限切れのため、記事を削除しています。）

第10回出前出張公開講座のご案内

産業医科大学 大学病院・若松病院では、地域の皆様に病院が提供する医療をもっと身近に感じていただこうと医療スタッフが講師としてご希望の地域にお伺いする「出前出張公開講座」を開催しています。

1 日　時：11月22日（水）15：00～16：30（開場14：30）
2 場　所：ORION TERRACE（折尾まちづくり記念館）
3 テーマ：身体に優しいがん治療を分かり易く解説
　　ここまできた最新の放射線治療
4 講　師：産業医科大学病院　放射線治療科
　　大栗　隆行　診療科長

■ 大学ホームページで事前申込みを受付中です。

掲載された本学の記事

2023.10 No.60

令和５年９月８日（金）西日本新聞 朝刊 23面（社会面）

リーチ復活北九州から
けがで引退危機、支えた名医

産業医科大学若松病院
整形外科　内田　宗志

（記事掲載許諾期限切れのため、記事を削除しています。）

本誌にかかるご意見等につきましては uoehnews@mbox.pub.uoeh-u.ac.jp までお寄せください。
「産業医大通信」は産業医科大学web サイトでもご覧いただくことができます。
次号は 2023 年12月発行予定です。（本誌の記事・写真などの無断転載を禁じます。）