

単腎を健康に保つために

腎臓は、血液中の老廃物をろ過し、血圧を調節し、赤血球の産生を促す重要な臓器です。小児がんの治療では、ときに片方の腎臓を摘出する（腎摘除術）必要があります。腎臓が1つでも健康に生活することはできますが、残っている腎臓をできるだけ健康な状態に保つため、腎臓を守るための対策をとることが重要です。

どのようなフォローアップが推奨されますか？

- 少なくとも年1回は健康診断を受け、血圧測定と尿検査を受けてください。
- 最初の長期フォローアップ受診時（がん治療終了後少なくとも2年）に、腎機能（BUN【血中尿素窒素】、クレアチニン）および電解質（血液中の塩類・ミネラル）の血液検査を受け、その後は腎機能を確認するため、年1回、血液検査を受けてください。
- 高血圧、蛋白尿、または腎機能の悪化を示すその他の徴候がある場合は、腎臓専門医による評価を受けてください。

腎臓を健康に保つためにできることは？

- 十分な水分を摂ってください。特に、スポーツをするとき、日差しの強い屋外にいるとき、暑い時期には意識して水分を補給してください。
- 尿路感染症の症状（排尿時の灼熱感・痛み、普段より排尿回数が多い、急に強い尿意を感じる、など）がある場合は、すぐに医療機関に連絡してください。
- 新しい薬（処方薬、市販薬、漢方薬・ハーブ製品を含む）を使用する前に、医師または薬剤師に確認してください。また、腎臓が1つであることを必ず伝えてください。
- 非ステロイド性抗炎症薬（NSAIDs）は慎重に使用してください。これには、アスピリン、イブプロフェン、ナプロキセン、ロキソプロフェンなどを含む鎮痛薬・解熱薬（市販薬および処方薬）が含まれます。これらの薬剤は、特に高用量または長期間（10日を超えて）使用した場合、腎障害（鎮痛薬腎症）を引き起こすことがあります。痛みのため長期間使用する必要がある場合は、代替薬について医師と相談し、腎臓への影響が少ない薬を選んでください。
- 運動やスポーツは、健康を保つために大切です。スポーツによって腎臓を傷めることはまれで、たとえけがをしても、腎臓に後遺症が残ったり、腎臓の機能が失われたりすることはほとんどありません。ほとんどの運動は腎臓への負担が少ないか全くなく、健康を維持するためにも積極的に体を動かすことが強く推奨されますが、特定のコンタクトスポーツに参加するかどうかは、腎臓の状態について医師と相談して判断してください。
- 重篤な腎損傷はまれであり、起こる場合は自動車事故、全地形対応車（ATV）の事故、転倒が主な原因です。単腎を守るため、車に乗るときは必ずシートベルトを正しく着用してください。腰ベルトは腹部ではなく骨盤（腰骨）の位置にかけてください。事故に遭い腎損傷が疑われる場合は、直ちに医療機関を受診してください。

腎障害のその他のリスク因子はありますか？

小児がんに対する一部の治療は、腎障害を引き起こすことがあります。これには、腎臓への放射線照射、腎臓に影響を及ぼす可能性のある化学療法（シスプラチン、カルボプラチン、イホスファミド）、腎臓に影響を及ぼす可能性のあるその他の薬剤（特定の抗菌薬、または移植片対宿主病〔GVHD〕の治療薬）、造血細胞移植（HCT）などが含まれます。さらに、高血圧や糖尿病などの疾患、尿路感染症を繰り返す、尿が腎臓へ逆流する（膀胱尿管逆流）などの尿路の問題、あるいは膀胱摘除術を受けた場合も、腎障害の可能性を高めるリスク因子となります。1つでもこれらのリスク因子がある場合には、Health Links における関連資料「がん治療後の腎臓の健康」も参照してください。

作成者：Wendy Landier, PhD, CPNP, Children's Hospital of Alabama, Birmingham, AL.

改訂者：Maki Okada, CPNP, FNP-BC, CPON®, Miller Children's and Women's Hospital Long Beach, Long Beach, CA.

レビュアー：Kayla L. Foster, MD, MPH ; Melissa Acquazzino, MD, MS.

翻訳者：Miho Kato, MD, DrPH; Yuki Yamamoto, MD, PhD; Kimikazu Matsumoto, MD, PhD. 本業務を行うにあたり、厚生労働科学研究費補助金 26EA0301、MEXT 科研費 JP25K19250 の支援を受けました。

小児がん経験者のためのその他の健康に関する情報は、下記からご覧いただけます

www.survivorshipguidelines.org

注：このヘルスリンクシリーズを通して、「小児がん」という用語は小児期、思春期、若年期に発生する可能性のある小児がんを指しています。ヘルスリンクは、小児がんが小児期、思春期、若年期のいずれの時期に発生したかに関わらず、小児がん経験者に健康に関する情報を提供することを目的としています。

免責事項および所有権に関する通知

晩期合併症のガイドラインとヘルスリンクの紹介：小児がん、思春期がん、および若年成人がんの経験者のための長期フォローアップガイドラインおよび、それに付随するヘルスリンクは、米国Children's Oncology Groupの晩期合併症委員会と看護部門により共同で作成され、Children's Oncology Groupの長期フォローアップガイドラインコア委員会とその関連タスクフォースによって質の担保および更新が行われています。

がん患者さん（小児の場合は代諾者の方）へ：病状に関するご質問は、医師またはその他の医療従事者の助言を求め、本情報コンテンツに依存しないでください。Children's Oncology Groupは研究機関であり、個別の医療や治療を提供するものではありません。

医師およびその他医療従事者の方へ：この情報コンテンツは、あなた個人の臨床判断や医学的助言に取って代わるものではなく、またこれにより小児がん治療の特定の合併症に対するスクリーニング、健康相談、介入における既存の基準に優先するものではありません。また同様に本情報コンテンツは、他の合理的なフォローアップ方法の代替案に優先するものでもありません。本コンテンツは、小児がん経験者の医学的評価における唯一の指針として提供されるものではありません。Children's Oncology Groupは、患者のケアにおける特異的な判断は、患者、家族、および医療従事者が行うものと考えています。

なお、本情報コンテンツ、Children's Oncology Group、並びにChildren's Oncology Groupの関係者や会員は、特定の検査、製品、または処置を推奨していません。

内容の正確性及び完全性について：Children's Oncology Groupは、情報コンテンツが公開日現在において正確かつ完全であることを保証するためにあらゆる努力を払っていますが、かかる情報コンテンツの正確性、信頼性、完全性、関連性、または適時性については、明示または黙示を問わず、いかなる保証または表明も行いません。

Children's Oncology Groupおよび関係者の免責/Children's Oncology Groupおよび関係者に対する補償および免責の同意：Children's Oncology Group、またはその関係者や会員は、情報コンテンツの使用、レビュー、またはアクセスに起因する損害について、いかなる責任も負いません。利用者は、以下の補償条件に同意するものとします：(i)「免責される当事者」には、情報コンテンツの著者および投稿者、Children's Oncology Groupおよび関連組織のすべての役員、取締役、代表者、従業員、代理人、および会員が含まれます；(ii)利用者は、情報コンテンツを使用、確認、またはアクセスすることにより、情報コンテンツの使用、確認、またはアクセスに関連または起因するあらゆる請求、訴訟原因、訴訟、手続き、または要求から生じるあらゆる損失、責任、または損害（弁護士報酬および費用を含む）について、利用者の費用負担で免責当事者を補償、防御、および免責することに同意するものとします。

所有権：本情報コンテンツは、米国および世界各国の著作権法およびその他の知的財産権法に基づく保護の対象となります。Children's Oncology Groupは、情報コンテンツに対する著作権およびその他の権利、権原、および利権を保持し、法律の下で利用可能なすべての知的財産権を主張します。利用者は、後日、同意書や法的文書に署名し、情報コンテンツの普及や複製を制限するなどの追加的な行動を取ることで、Children's Oncology Groupの利益のために、Children's Oncology Groupがすべての著作権および知的財産権を確保できるよう支援することに同意するものとします。