

# 1 尿素窒素とは？

タンパク質が分解されたあとにできる老廃物が尿素窒素で、腎臓が正しく働いているかどうかを調べる検査の1つです。腎臓は、体内の老廃物（不用品）を尿と一緒に体外に排出して血液をろ過（血液浄化）しています。このため腎臓の働きが低下すると、血液のろ過不足のために、不要な老廃物が体に残ります。つまり、尿素窒素が高値であれば腎臓の機能が低下している可能性があります。ただし、腎臓の働き以外のさまざまな要因の影響を受けるので、他の検査（血液中のクレアチニン濃度のほか、尿量や尿タンパク量など）も併せて判断することが必要です。

## 検査のはなし vol.12

専門医が教える 職場や市町村による健康診断での  
検査結果をみたとき 異常値の意味と改善法…12

# 「尿素窒素」



日本臨床検査専門医会  
金子 誠

## 2 異常値の原因は何でしょうか？

主として腎臓そのものが壊れてしまう腎臓病、腎臓への血流量が減少する脱水やショック状態など、血液のろ過量が低下する場合です。また、腎臓からの排出が追いつかないほど、血液中の老廃物が多くなる状態でも高値となります。例えば、過剰にタンパク質を摂取した場合のほか、胃や腸など消化管での出血、飢餓や悪性腫瘍などで自分自身の組織や筋肉などが分解される場合です。

逆に低値となる場合には、タンパク質の摂取量が減少しているという理由以外に、重症の肝不全などが考えられます。タンパクの分解過程でできるアンモニアを、肝臓で無毒な尿素に変えることができなくなるためです。

## 3 生活習慣で気をつけることは何でしょう

糖尿病、高血圧、高尿酸血症などの生活習慣病は腎臓に悪影響を及ぼし、腎不全の原因として知られています。生活習慣病を放置すると、腎臓病が進行してしまう危険性があります。しかし、腎臓に異常があっても、早期には自覚症状はほとんどありませんので、血液検査や尿検査を積極的に活用してください。食事管理、減塩や家庭血圧による血圧管理、適度な運動による肥満解消、禁煙などの生活習慣を是正することや、生活習慣病の治療を適切に行うことは、腎臓病の発症や進行を抑えるために非常に重要です。生活習慣や健康状態を常に見直すことを心がけてください。

図 尿素窒素の上昇する原因

