

保健指導情報提供書 別表 本表は医師、保健師、管理栄養士など医療・保健スタッフ用の資料としてご参考ください。

GFR区分		区分不明	G1	G2	G3a	G3b	G4	G5	
検査値	血糖		HbA1c7.0%未満に保つ						
	血圧		130/80mmHg以下に保つ						
	食塩		3~6g/日未満						
食事・栄養	たんぱく質		過剰な摂取をしない		制限あり(0.6~1.0g/kg/日)				
	カリウム		制限なし			制限あり(1,500~2,000mg/日未満)			
	エネルギー		健康な人と同程度必要(25~35kcal/kg体重/日)						
市の保健指導内容	食事・栄養	一般的な生活習慣の改善を指導	①バランスの良い食事 ②食事のはじめに野菜(食物繊維) ③減塩	①+②+③	①+②+③に加え ④たんぱく質を摂りすぎないように	①+②+③+④	①+②+③+④	①+②+③+④	
			生活	禁煙	ぜったい				
	適量飲酒			できることから					
	運動			合併症などの状態を考慮しながら可能な範囲で実施					

糖尿病治療ガイド2022-2023・エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2023・慢性腎臓病に対する食事療法基準2014を参考に作成

保健指導情報提供書 別表 本表は医師、保健師、管理栄養士など医療・保健スタッフ用の資料としてご参考ください。

GFR区分		区分不明	G1	G2	G3a	G3b	G4	G5	
検査値	血糖		HbA1c7.0%未満に保つ						
	血圧		130/80mmHg以下に保つ						
	食塩		3~6g/日未満						
食事・栄養	たんぱく質		過剰な摂取をしない		制限あり(0.6~1.0g/kg/日)				
	カリウム		制限なし			制限あり(1,500~2,000mg/日未満)			
	エネルギー		健康な人と同程度必要(25~35kcal/kg体重/日)						
市の保健指導内容	食事・栄養	一般的な生活習慣の改善を指導	①バランスの良い食事 ②食事のはじめに野菜(食物繊維) ③減塩	①+②+③	①+②+③に加え ④たんぱく質を摂りすぎないように	①+②+③+④	①+②+③+④	①+②+③+④	
			生活	禁煙	ぜったい				
	適量飲酒			できることから					
	運動			合併症などの状態を考慮しながら可能な範囲で実施					

糖尿病治療ガイド2022-2023・エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2023・慢性腎臓病に対する食事療法基準2014を参考に作成