

〈メディカル最前線〉

糖尿病

インスリン不足や働きが悪いことで発症

「糖尿病」という病名はよく聞くとおもうのですが、どんな病気なのか、きちんと知っていますか？糖尿病は、膵臓で作られるインスリンというホルモンの量が不足したり、働きが悪かったりすることが原因で、血液中の糖分が多い＝高血糖が長く続く状態を言います。

糖尿病は1型と2型があります。1型は、膵臓のβ細胞が破壊され、インスリンがほとんど分泌されず起こるもので、子どもや若者に多いのが特徴です。

2型は、インスリンの分泌不足や働きが悪くなって起こるもので、40歳以上に多く見られます。現在、糖尿病患者は予備軍を含めると約2,050万人いると言われ、6人に一人、40歳以上では3人に一人というデータがあります。

糖尿病の症状は、ほとんどの場合、無症状です。高血糖が進行すると、のどが乾く、尿の量が増えて頻尿になる、疲れやすい、体重が減るなどの症状が現れます。

主な原因は①遺伝②環境が考えられます。身内に糖尿病患者がいる場合、いない人に比べて発症する可能性が高くなります。環境が原因の場合は、食べ過ぎや運動不足、ストレスなど、日頃の生活習慣によるものと言われています。また、日本人はもともと糖尿病に罹りやすく、さらに食事の欧米化なども起因して糖尿病のリスクが高まっているのです。



糖尿病の予防には、健康な食事や適度な運動を心がけましょう。



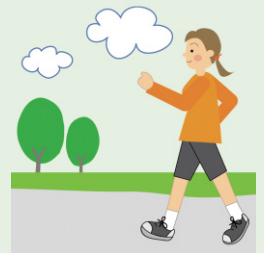
広島共立病院 内科 副院長
森下 尚明 医師

命に関わる合併症を併発する怖い病気

糖尿病が怖いのは、さまざまな合併症を引き起こすことです。糖尿病の合併症は①細小血管症②大血管症の2つに分けられ、①はさらに3大合併症と言われる網膜症、腎症、神経障害を引き起こします。網膜症は視力障害になり失明の危険、腎症は腎臓の働きが低下して人工透析の危険が、神経障害は手足がしびれ、壊疽にまで進行すると足の切断に至るなどの危険があるから怖いのです。また、大血管症は、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症などを引き起こします。さらに、歯周病や認知症を発症することもあり、「万病の元」と言われる所以です。

糖尿病の判定は、血液検査でHbA1c（ヘモグロビン・エイワンシー）と血糖値を調べて行います。糖尿病と診断されたら、食事療法と運動療法、薬によって血糖値をコントロールしていきます。食事は、患者さんだけを別メニューにするのではなく、家族みんなで取り組み、1日3回規則正しくバランスの良い食事をするのが長続きのコツです。運動は、いつでもどこでも一人でも取り組める有酸素運動が望ましく、ウォーキングがおすすめです。そして薬は血糖降下薬を飲む、あるいはインスリンを注射します。

糖尿病の予防は、日頃から健康な食事、適度な運動を心がけ、太りすぎないこと、そして定期的に検査を受けることです。



3月から「安佐地区糖尿病地域連携パス」始動!

広島共立病院と安佐市民病院が地域の開業医院と連携して、地域で糖尿病患者さんをサポートする「安佐地区糖尿病地域連携パス」が始まりました。これは開業医院から当院を紹介された糖尿病患者さんに3回の通院、あるいは入院していただき、糖尿病のことを学習していただいて、その後元の開業医院に戻って治療を続けるシステムです。医師だけでなく、糖尿病療養指導士や担当スタッフなどがチームとなって糖尿病患者さんをフォローし、地域の開業医院とともにバックアップしていくものです。



定期的な健診で、 早期発見・早期治療を！

ほとんどの疾病は、自覚症状が出た時には、ある程度進行していることが多いのです。早期発見すれば治る確率もぐんと高くなります。定期的に健診を受け、自分の体を点検する機会をつくるのが大切です。

健診センター専用入口

病気を予防するためには、定期的な健診を受けることが有効な手段となります。広島共立病院では、新病院建設を機に健診センターが大きく生まれ変わりました。まず、スペースが5倍の広さに。受診者のプライバシーに配慮して専用出入口を設け、診察室も2部屋に増やしました。また、それぞれの検査室を一つのスペースに集約したので、別の検査室へと回らずに済み、移動時間が短縮さ

採血・視力・聴力測定室

れて便利になりました。

健診の内容は、問診、血液検査や尿検査、心電図、胸部レントゲンなどを基本に、オプションで肺がん、大腸がん、乳がん、子宮がん、胃がんなどのがん検診、腹部エコー、骨粗鬆症検診などを用意。基本の健診への追加はもちろ、オプション健診のみの受診も可能です。

健診センター長 青木 克明 医師

広島共立病院の健診センターの特徴として、広島市乳がん検診を実施していることがあげられます。安佐地域では、当病院を含め、2カ所しかありません。

当病院では、医師による触診の際、乳腺、甲状腺の超音波検査を行っています。乳がんの約3割はマンモグラフィーでも見つけにくく、超音波を併用することにより検診の精度を高めています。

また、一人の医師だけの判断にせず、別の医師が二重にチェックすることで、病気の発見に漏れないよう体制を整えています。検診で撮影した画像は、鮮明な画面で拡大しながら受診者と医師が一緒に見られ、その場で状況説明ができるので、受診者に「わかりやすい」と好評です。

乳房撮影装置

マンモグラフィー画像

40代になったら年に1回の健診が望ましく、乳がんについては30代から受診していただきたいと思います。

※健診は予約制です。お問い合わせは082-879-1223まで。

こんにちは!ご近所ドクター

広島共立病院では、地域の開業医ドクターと連携しながら患者さんをサポートしています。

医療法人 辻外科内科クリニック

〒731-0102

広島市安佐南区川内6-27-16

TEL.082-870-6161

院長/辻 勝三 先生

診療科/

外科・内科・胃腸科・循環器科・呼吸器科・リハビリ

外来受付時間/

8:30~12:30、14:30~18:00

休診日/木曜・土曜午後、祝祭日

患者さんの「治そう」という気持ちを引き出していく

Q. 辻外科内科クリニックの特徴は？

A. 外科的な分野、循環器分野を専門にしていますが、診療科目の線引きをすることなく、「地域のかかりつけ」として健康に関する相談窓口を目指しています。

Q. 先生が診察時に心がけておられることは？

A. まず、患者さんの「治そう」という気持ちを引き出すこと。その上で、病気についての説明は丁寧にきちんとすること。生活改善まで含めて、患者さんには詳しく説明します。

Q. 地域に対する思いは？

A. 地域に対して今後の課題は、在宅医療だと考えています。在宅医療は家族の協力が絶対に必要なことや、介護施設との連携など課題も多いのですが、真剣に考えていかなければいけませんね。

Q. 広島共立病院との連携は？

A. 開業医にできることは限界があります。入院、手術が必要な患者さんは、広島共立病院にお願いしています。緩和ケア病棟が新設されたので、今後はそちらでもお世話になることがあるかと考えています。現在の良好な関係を、これからも維持していきたいですね。

トピックス

クリスマス会・福笑いと豆まきを行いました!

新病院になって新しく出来た緩和ケア病棟では、クリスマス会・福笑いと豆まきを行いました。デイルームには大きなクリスマスツリーが置かれ、たくさんの飾り付けがされました。節分の日には、手作り福笑いと、「鬼は外、福は内」と豆まきをしました。



フジグラン緑井店にて健康チェックを開催中!

緑井まちづくり協議会のご協力のもと、毎月第4火曜日の午前10時から12時の間、フジグラン緑井店4階駐車場ギャラリーにて健康チェックを開催しています。お買い物のついでにお気軽にお立ち寄りください。



地域まるごと健康づくり「健康教室」開催しました!



2014年11月22日
「糖尿病のお話
～全国糖尿病週間に寄せて～」

森下 尚明 医師
(広島共立病院 副院長 糖尿病内科)



2014年12月27日
「あたらしい
スギ花粉症の治療法」

森下 直人 医師
(広島共立病院 小児科)



2015年1月24日
「よくわかる!?
放射線基礎講座」

波多野 忍 氏
(広島共立病院 診療技術部長 診療放射線技師)

以上、好評のうちに終了しました。

お知らせ

「健康教室」は当院や地域の医療従事者、「いきいき★健康倶楽部」は当院スタッフが講師となり、地域の皆様の健康づくりをサポートします。事前申し込み不要、どなたでも参加できます。お気軽にお問い合わせください。

地域まるごと健康づくり「健康教室」のご案内

●開催場所 **安佐南区総合福祉センター** 広島市安佐南区中須1丁目38番13号

2015年4月25日(土) 14:00～15:30

2015年5月23日(土) 14:00～15:30

2015年6月27日(土) 14:00～15:30

健康教室のテーマや講師が決定次第、順次広島共立病院のホームページにてお知らせしておりますのでご確認ください。

「いきいき★健康倶楽部」のご案内

●開催場所 **広島共立病院 5階セミナールーム**

2015年4月23日(木) 10:00～11:00

2015年5月28日(木) 10:00～11:00

2015年6月25日(木) 10:00～11:00

いきいき★健康倶楽部のテーマや講師が決定次第、順次広島共立病院のホームページにてお知らせしておりますのでご確認ください。

お問い合わせ先／広島共立病院 地域連携室 ☎082-879-1111(代)

メディカルフィットネス共立 春の入会キャンペーン!

■期間／3月2日(月)～4月30日(木)

メディカルフィットネス共立では、3月2日(月)から4月30日(木)までの期間、春の入会キャンペーンを実施します。期間中に入会された方は、入会金が無料になります。詳細はお問い合わせください。☎082-879-1126

理念

患者の人権を尊重した安全・安心で信頼される医療を実践します

基本方針

1. 常に医療水準の向上に努め、質の高い医療を提供します。
2. 患者・住民との共同の営みをすすめ、無差別・平等の医療をおこないます。
3. 地域での、保健・医療・福祉のネットワークづくりに貢献します。
4. 職員教育を重視し、いきいきと成長する専門職を育てます。
5. 平和をつくり、社会保障を守り発展させる活動を強めます。



アクセス ●JR可部線大町駅より 徒歩 約5分
●中須バス停より 徒歩 約3分
●アストラムライン古市駅より 徒歩 約5分

アストラムライン上安駅・大町駅、フジグラン緑井店前より無料送迎バスを運行
※赤矢印は午前7時～9時は進入禁止です。



広島医療生活協同組合

広島共立病院

〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目20-20

TEL.082-879-1111(代)

E-mail ☒ kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp

