

私たちが贈る あたたかい手と 確かな信頼

# 伊万里育田 共立病院だより vol.08



※広報誌のため、マスクを外して撮影を行っています。

## 知っておきたい、糖尿病特集！

### 糖尿病専門医による診察・糖尿病コーディネーター、栄養士による指導の様子

糖尿病は慢性疾患であるため、治療を継続する事が大切です。生涯にわたり治療を継続するため、身体や心の変化があります。その時々に応じた支援ができるように糖尿病コーディネーター（看護師）が外来・入院中もご相談にのります。食事は人生の楽しみのひとつです。食事療法が、ストレスとならないよう管理栄養士がアドバイスをを行い、治療が継続できるよう支援しています。

### 目次

- P1 … 知っておきたい糖尿病
- P3 … 赴任医師のごあいさつ
- P4 … 初診時は必ず「紹介状」をお持ちください

知っておきたい  
糖尿病!

健康を維持するために  
早めの健診、早期からの治療を

食生活の欧米化や運動不足から全人口の約10人に1人が、糖尿病あるいはその予備軍とされる現代日本(図1)において、糖尿病の早期発見、早期治療の重要性が増しています。特に40歳以降の世代では、糖尿病や脳卒中、心筋梗塞などが増加するため(図2)、**特定健診や企業健診、高齢者健診を受けることが重要です。**

健診採血で、糖尿病(HbA1c $\geq$ 6.5%、空腹時血糖 $\geq$ 126mg/dL)、あるいは糖尿病予備軍(空腹時血糖110~125mg/dL)と診断された方は、かかりつけ医療機関などで二次健診を行い、食事・運動療法から糖尿病治療を開始し、必要があれば糖尿病治療薬を追加します。

これらの治療を行っても、**高血糖(HbA1 $\geq$ 8.0%)が持続した場合に、糖尿病合併症が進行するため、かかりつけの先生から当院糖尿病内科に紹介してもらいましょう。**

糖尿病内科では、食事運動療法の見直しや糖尿病治療薬の変更などを積極的に行い、血糖安定化や糖尿病合併症の発症予防、進展抑制を目標として治療します。最新の注射薬は、1日1回もしくは週1回と少ない注射回数でも治療できるようになっております。また、最近の血糖測定器は腕に装着した小型化のセンサーに機械をかざすだけで測定でき、毎回針を刺し血液を出して測定する必要はありません(写真1)。当院ではこれら最新の治療や機器を使用した治療を行っています。



写真1 リブレ

2021年4月から常勤2名体制となり、血糖コントロールや合併症精査、糖尿病療養指導カードシステムを用いた糖尿病教育などを目的とした入院加療を行うことが可能になりました。

入院が困難な方でも外来で栄養指導や糖尿病治療を変更することで血糖改善する方もいます。対象の方は、ぜひかかりつけの先生から当院糖尿病内科にご紹介してもらうようにしてください。

(記:糖尿病内科 小島 基靖)



岩野 文音先生

小島 基靖先生

図1 「糖尿病が強く疑われる患者の推移」≡ 糖尿病

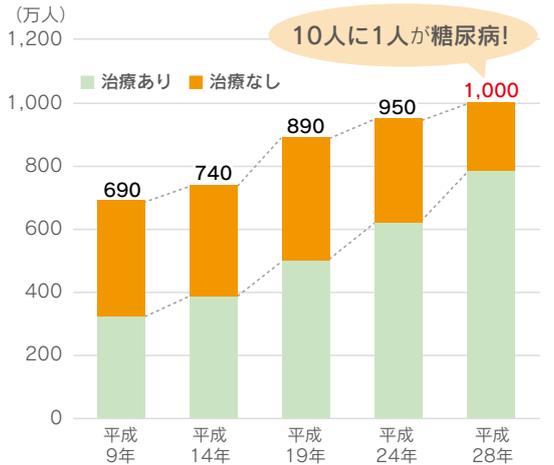
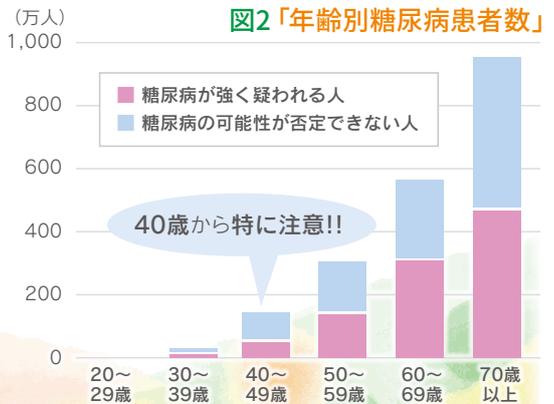


図2 「年齢別糖尿病患者数」



健康診断から診療までの流れ

40歳以上の方は、特定健診・職場健診・高齢者健診で健康状態をチェック!

空腹時血糖が110mg/dL以上だったら...

- かかりつけ医などの医療機関で二次健診を実施
- 保健指導・栄養指導を受けて、食事・運動療法の見直しを!

HbA1cの数値が7.0以上を継続したら...

- かかりつけ医で糖尿病治療薬を開始 **糖尿病合併症のリスクが高い!**

HbA1cの数値が8.0以上を継続したら...

- **かかりつけ医から当院にご紹介を依頼**

当院では

- 栄養指導、療養指導士による生活聞き取りで食事・運動療法の見直し
- 糖尿病治療薬の変更、注射製剤などへの変更
- 糖尿病合併症の検索、評価
- 著明な高血糖があれば、入院治療を実施

HbA1Cの数値が7.0程度で安定したら...

- 当院からかかりつけ医に逆紹介し、糖尿病治療を継続

こじま もとやす  
小島 基靖先生

2021年4月から糖尿病内科に着任いたしました。

糖尿病と神経障害や網膜症、腎症などの三大合併症も含めた糖尿病患者さんの身体状況の評価を行い、その社会的背景まで考慮した治療法の提案を心がけています。

甲状腺疾患や副腎疾患、下垂体疾患などの内分泌疾患も対応します。お気軽にご相談ください。



糖尿病コーディネーターのご紹介



糖尿病は食事・運動など生活習慣が密接に関連しているため、継続的な血糖コントロールや療養の観察が必要な病気です。誘因としては過食、運動不足、肥満、ストレスがあげられます。自覚症状があまり無いことが特徴です。そのため治療せずに放置したり、勝手に治療を中断されたりする方もいらっしゃいます。進行しないと症状が出てこないのが安易に考えられてしまいます。

近年、佐賀県でも糖尿病患者数が増加し、2012年から糖尿病コーディネーター事業が開始となり糖尿病手帳の配布により患者様を県全体で見守っていく取り組みを行っています。

当院は糖尿病コーディネーター看護師が8人在籍しています。主な役割は、専門医とかかりつけ医との連携、看護師をはじめメディカルスタッフ、保健師との情報共有を行いながら支援体制を構築し患者様の糖尿病の治療、管理に関わっています。

「しめじ」もあれば、「えのき」もある!?

～ 糖尿病の合併症 ～

<p><b>し</b></p> <p><small>しんけい</small> <b>神経の症状</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 手足のしびれ</li> <li>● こむら返り</li> </ul>		<p><b>え</b></p> <p><small>えそ</small> <b>壊疽</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 足が腐る → 足の切断</li> </ul>
<p><b>め</b></p> <p><small>め</small> <b>目の症状</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 網膜症 → 失明</li> </ul>		<p><b>の</b></p> <p><small>のうそちゅう</small> <b>脳卒中</b></p>
<p><b>じ</b></p> <p><small>じんぞう</small> <b>腎臓の症状</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 腎臓の症状</li> <li>● 腎症 → 透析</li> </ul>		<p><b>き</b></p> <p><small>きょけつせい</small> <b>虚血性心疾患</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 狭心症</li> <li>● 心筋梗塞</li> </ul>

このような合併症にならないために、早期発見・早期治療を行いましょう。