

# つかさ会 会報



2020.10月

会員の皆さん、こんにちは。澄み渡る空気が心地よく感じられる季節になりました。毎年恒例のウォークラリーは中止となってしまいましたが、運動に適した季節ですので、体力づくりのためにも積極的に体を動かしていきましょう。また、ご連絡が大変遅くなってしまいましたが、本来なら今年5月に開催予定だったつかさ会総会は来年春に延期し、総会での承認が必要な事項に関しては、来年2年分をまとめて決議を行うこととさせて頂きまますので、よろしくお申し上げます。

さて今月は、当科の野田先生に「さかえ」の読みどころを紹介してもらおうと思います。

本年度から入職しました野田 かおると申します。よろしくお願いいたします。

さて、今月号の「さかえ」の特集1は「骨粗しょう症と糖尿病(P.17)」です。骨粗しょう症の患者さんは日本に1200万人いるともいわれています。高齢化が進む今、どなたにでも関係してくる可能性のある病気です。糖尿病の患者さんでは、ちょっとしたことで骨折してしまう患者さんが多いことが世界中で報告されるようになりました。血糖値が高い状態が続くと、骨を新しく作る力が落ちてしまい、古くて質の悪い骨が長く残ってしまうと言われていています。現在、骨粗しょう症の骨折を防ぐための治療法も数多く開発されてきましたが、やはり基本となるのは基本的な生活習慣です。骨の健康を保つためには、筋肉の量をしっかり保つことが大切であり、そのためには運動や、バランスのとれた食事が必要となってきます。今回の特集では、下半身の筋力とバランス感覚を高めるためのロコモーショントレーニング(ロコトレ)というものも紹介していますので、ぜひご一読ください。

特別企画では「最新インスリン療法(P.42)」を紹介しています。この100年の間に糖尿病の治療は目覚ましい進化を遂げました。インスリン導入前に選択できる治療の選択肢も大幅に広がりましたが、血糖降下薬の中で最も長い歴史を持つインスリンは今なお、糖尿病診療の第一線で活躍する治療薬です。今回はそんなインスリン療法について、進歩の歴史だけでなくインスリンポンプ療法といった新しい治療についても紹介しています。

気温が涼しく過ごしやすい秋には、食事や運動などたくさんの楽しみがありますね。体調にお気をつけて、ますますお元気でお過ごしください。

※ 11月15日(日)開催の『世界糖尿病デー記念セミナー in Gifu』のチラシを医療従事者の方にのみ同封させていただきました。本セミナーは CDE 岐阜講習 2 単位として認定されています。同封されていなかった方でご希望の方は事務局までご連絡ください。(今年度は医療従事者のみ参加可能となっております。)