

# つかさ会 会報



2021.新年

会員の皆さん、新年明けましておめでとうございます。

2020年は新型コロナウイルスに翻弄されあつという間でした。耐え忍ぶ時期はまだ続くかもしれませんが、新しく迎える年は明るく笑顔に満ちた1年にしていきたいですね。さて、今月は当科の平田はるか先生に「さかえ」の読みどころを紹介してもらいます。

つかさ会の皆さん、明けましておめでとうございます。

岐阜大学医学部附属病院 糖尿病代謝内科の平田と申します。昨年はコロナウイルス感染症が猛威を奮い大変な1年になりましたね。皆さんはどんな新年を迎えられたでしょうか。今年は明るいニュースがたくさんあると良いですね。

さて、今月号の『さかえ』では特集として、「糖尿病と免疫、感染症（P7）」が掲載されています。コロナ禍の今、気になっている方も多いのではないのでしょうか。糖尿病患者さんは感染症にかかりやすくなってしまふことに加えて、感染症にかかると重症化しやすいというリスクもあります。それを防ぐためには、良好な血糖コントロールを保つことはもちろん、定期的な検診とワクチン接種、早期発見・早期治療が重要です。これから冬本番で運動不足になりがちで、食生活も乱れやすい時期ですが、今一度気を引き締めて血糖管理を続けていきましょう。

また、特別企画の「ストレスと糖尿病（P17）」では、ストレスと血糖コントロールの関係について解説されています。糖尿病患者さんは日常のストレスだけでなく日々の血糖管理によるストレスもあり、うまく対処していくことが大切です。自粛生活でなかなか気晴らしできない方も多いかもしれませんが、自分なりのストレス対処法を見つけて上手に付き合っていると良いですね。こちらもぜひ目を通してみてください。

最後に、特別企画2の「ミトコンドリアと糖尿病（P27）」では、私たちの細胞内の成分であるミトコンドリアがどのように糖尿病と関わっているのかが解説されています。聞き慣れない言葉で少し難しい話もありますが、糖尿病と深い関わりがあり、糖尿病治療の未来にも関係してくる話ですので、興味のある方はぜひ読んでみてください。

これからどんどん寒さが厳しくなっていきますが、体調管理に気をつけて元気に乗り切っていきましょう。2021年が皆様にとって良い年になりますように。