

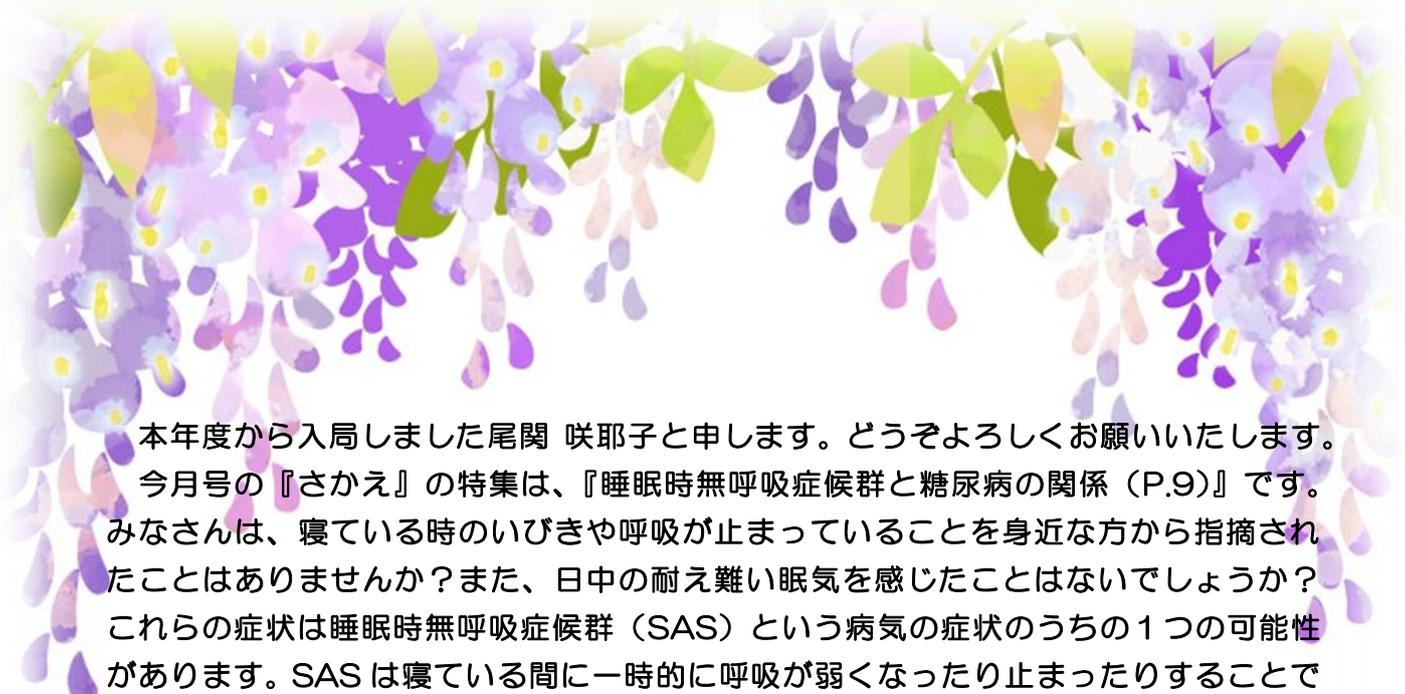
つかさ会 会報

2021.4月号

つかさ会の皆さま、こんにちは。特別号でもお知らせしたとおり、2021年度より「さかえ」の発行日程に変更がありました。今年度から当月号は毎月下旬から翌月上旬にお届けとなります。今回お届けは、「4月号」になります。年度の変り目の、会員継続手続きなどの関係でお届けが遅くなりましたことをお詫びいたします。

春の花の盛りもあわただしく去り、初夏も深まってまいりました。日によっては暑さも感じるほど寒暖差の激しい今日この頃ですが、体調を崩されたいはしていませんか。時々散歩へ出かけるなどして、体力づくりに励んでいけたら良いかと思えます(人混みに行かないなどの配慮は重要ですが)。またその際には体温調整のしやすい服装を心掛けてください。

さて、今回は、4月から当科の仲間に加わりました尾関先生に「さかえ」の読みどころを紹介していただきます。



本年度から入局しました尾関 咲耶子と申します。どうぞよろしくお願いいたします。今月号の『さかえ』の特集は、『睡眠時無呼吸症候群と糖尿病の関係 (P.9)』です。みなさんは、寝ている時のいびきや呼吸が止まっていることを身近な方から指摘されたことはありませんか？また、日中の耐え難い眠気を感じたことはないでしょうか？これらの症状は睡眠時無呼吸症候群 (SAS) という病気の症状のうちの1つの可能性があります。SASは寝ている間に一時的に呼吸が弱くなったり止まったりすることで全身が酸素不足になる病気です。SASと糖尿病は一見関係のないようにも思えますが、実は酸素不足が続くと体にストレスがかかり、血糖値を下げるインスリンが効きにくくなる、血圧が高くなるといった影響が出てきます。2型糖尿病の方のうち4～8割はSASを併せ持っており、そのうち約半数は治療が必要との報告もあるようです。SASかどうかを調べる簡単な方法として『STOP-Bang 質問紙法』というものがありますが、気になる方はP.13に掲載されているので目を通してみてください。

特別企画1は『新しい超即効型インスリン製剤 (P.17)』、特別企画2は『インスリンの歴史 (P.36)』です。1921年にカナダでインスリンが発見されてから今年で100年を迎えます。インスリン製剤には様々な種類がありますが、それらが生まれるまでの歴史と新しいインスリン製剤が紹介されています。興味のある方はぜひご一読ください。

爽やかな風が吹き、過ごしやすい季節となりました。外出の際は感染予防の手洗い・マスクは忘れずに、お元気にお過ごしください。