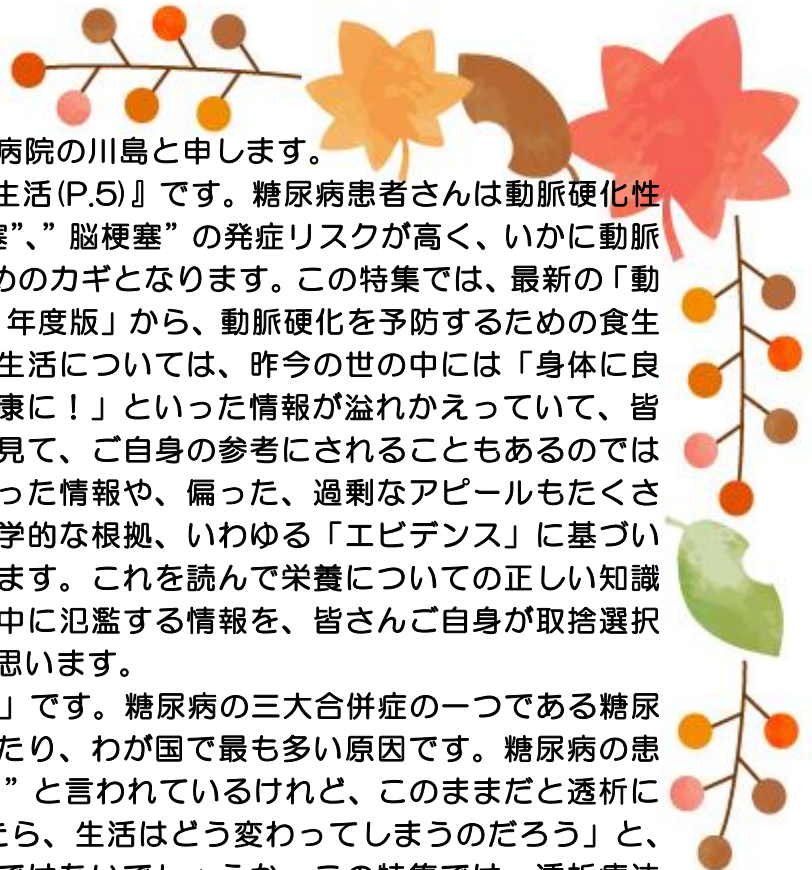




会員の皆さん、こんにちは。朝夕の涼しく心地よい風に、秋の訪れを感じる時期となりましたがいかがお過ごしでしょうか。先月の会報でお知らせしたように、つかさ会 秋の講演会を10月30日に岐阜大学医学部附属病院 記念会館で行うこととなりました。オンラインによる配信も予定しておりますので、現地参加が難しい方でも楽しんでいただけるかと思えます。新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては開催形式の変更の可能性もございますのでご了承ください。現地参加希望の方は同封致します参加希望ハガキに必要事項を記入してつかさ会事務局までお送りください。

また、今年5月に開催された「歩いて学ぶ 糖尿病バーチャルウォークラリー」が11月にも開催されることとなりました。無料アプリ「そとでる」を使って楽しく体を動かし、糖尿病における運動の大切さを学べる機会となります。詳しくは同封のチラシをご覧ください。

さて、今月は4月から当科に入職した川島先生に、「さかえ」の読みどころを紹介していただきます。



はじめまして。岐阜大学医学部附属病院の川島と申します。

今回の特集1は『動脈硬化を防ぐ食生活(P.5)』です。糖尿病患者さんは動脈硬化性疾患、いわゆる”狭心症”や”心筋梗塞”、”脳梗塞”の発症リスクが高く、いかに動脈硬化を防ぐかが、健康に長生きするためのカギとなります。この特集では、最新の「動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2022 年度版」から、動脈硬化を予防するための食生活のポイントが紹介されています。食生活については、昨今の世の中には「身体に良い」「身体に悪い」「これを食べれば健康に！」といった情報が溢れかえっていて、皆さんもテレビやインターネットなどを見て、ご自身の参考にされることもあるのではないのでしょうか。しかしその中には誤った情報や、偏った、過剰なアピールもたくさん紛れ込んでいます。この特集では科学的な根拠、いわゆる「エビデンス」に基づいた栄養の知識が詳しくまとめられています。これを読んで栄養についての正しい知識を身に付けていただくと同時に、世の中に氾濫する情報を、皆さんご自身が取捨選択する際の参考にもしていただければと思います。

特集2は「透析導入後の生活(P.33)」です。糖尿病の三大合併症の一つである糖尿病腎症は、新しく透析を開始するにあたり、わが国で最も多い原因です。糖尿病の患者さんの中には、「腎臓の機能が悪い」と言われているけれど、このままだと透析になってしまうのかな？」「透析になったら、生活はどう変わってしまうのだろう」と、漠然と不安に思われている方も多いのではないのでしょうか。この特集では、透析療法の仕組みや”実際に透析療法を開始したら、日々の生活はどうなるのか”について、旅行や災害時の対応も含めて具体的に、かつ分かりやすく解説されています。まだ自分には関係ないかな、という方からこれから透析を受ける方、既に透析を受けておられる方まで、多くの患者さんにとって有用な特集となっていますので、ぜひご一読ください。

最後に今月号から新連載として、『検査の見方(P.49)』が始まります。今回は大きく検査の分類について、次回からは特に糖尿病と関連の深い検査について順次紹介となります。検査についての知識を深めていただくことで、より良い糖尿病治療に繋げていければと思います。