

つかさ会 会報



2023.2 月

会員の皆さま、こんにちは。少しずつ寒気も緩み始めておりますが、いかがお過ごしでしょうか。花粉症のある方々は少し曇うつになりはじめる季節かもしれませんね。必要な対策をとって、上手に付き合っていきましょう。さて今月は、当科の水野正巳先生に「さかえ」の読みどころを紹介させていただきます。

つかさ会の皆さま、こんにちは。岐阜大学医学部附属病院 糖尿病代謝内科／免疫・内分泌内科の水野と申します。現在は院内の栄養支援などに関わらせていただいております。患者さんにもそういったこととお話しさせていただく機会が多くなってきました。今後も皆様のお力になりたいと思っております。また今回は機会をいただきましたので、さかえ2月号の読みどころを紹介させていただきます。

今号の特集1は「睡眠と生活習慣病 (P.5)」です。実際に診療をしていると、糖尿病患者さんに限らず、不眠で困っていると訴えられることはとても多くあります。今回の特集ではまずは睡眠の仕組み、そして睡眠と生活習慣病がお互いにかかわりあっていることを、とても分かりやすく説明されています。生活習慣病の改善のためにも不眠症の改善が重要であること、また不眠症を改善するための様々なテクニックが紹介されています。安易に薬に頼らない、こういったテクニックについては、我々医療者も学ぶところです。皆様もぜひご覧いただき、実践につなげてもらえればと思います。

特集2では「糖尿病性自律神経障害 (P.33)」が取り上げられています。神経障害は3大合併症でも最も早く(し・め・じ、の「し」ですね)出現し、多くの患者さんを悩ませるものです。神経障害は非常に多彩ですが、今号では自律神経障害、すなわち無意識に各臓器をコントロールしてくれる神経系に対する障害が、とても詳細に、分かりやすく解説されています。こちらをご覧いただくだけで、いかに糖尿病が複雑で難しい疾患であるか、また一歩理解が深まると思います。実際に治療指針などもご提示いただけており、神経障害で悩まれている方やそうでない方も、この機会を逃さずご活用ください。

その他にも特別企画 (P.17) にてインスリン製剤、特に複雑そうで難しいと敬遠しがちなインスリンポンプの仕組みも解説されています。また血糖に大きく関与しているグルカゴンの発見100周年を記念し、その意義と今後の発展についての記事もあり、今後の新しい薬剤などについて事前に学習することにもつながりそうです。

その他にも「バランス弁当のススメ (P.42)」や「居酒屋メニューだって楽しみたい (P.49)」などの連載も、いつも通りすぐに役立つ提案がいっぱいです。皆様の糖尿病管理が、より「楽しく」「簡単に」なるように、引き続き『さかえ』をご活用ください。