

# つかさ会 会報



2023.4 月号

つかさ会の皆さま、こんにちは。寒暖の差が激しい日々ですが、ゴールデンウィークは楽しく過ごされましたでしょうか。4月末にはつかさ会総会・春の講演会が開催されました。今年度は新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類感染症に変更されることを踏まえ、現地開催のみとなりました。6月25日(日)には、岐阜県糖尿病協会総会も、対面開催の予定です。要項を同封させていただきましたのでご覧ください。また秋には、「歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー」も対面での開催が再開される見込みです。10月29日(日)岐阜県百年公園での開催を予定していますが、詳細が決まり次第、お知らせいたしますので、今しばらくお待ちください。さて今月は、糖尿病代謝内科の松本先生に「さかえ」の読みどころを紹介させていただきます。

4月から糖尿病代謝内科でお世話になっている松本聖司と申します。どうぞよろしくお願いたします。

今月号の「さかえ」の特集は、「甲状腺疾患と糖尿病との気になる関係とは?(P.7)」と「進歩する技術を知ろう 栄養療法支援アプリ(P.35)」です。

甲状腺は喉にある蝶の形をしたわずか10g程度の、甲状腺ホルモンを作る役割を持った臓器です。一見すると糖尿病とは関係がないように感じます。しかし甲状腺ホルモンは体の血流によって体内に行きわたり体を活発に動かす働きをします。通常は体が自らホルモンの量を調整して適度に体を動かす事に必要な量だけを出していますが、甲状腺ホルモンが多くなる病気にかかると(そのうちの一つにバセドウ病があります。有名な病気なのでお聞きになったことがあるのではないのでしょうか?)体を過剰に活発にするために、肝臓などに貯蔵されていたエネルギーを急激に血管の中に取り込んで高血糖となり、貯蔵されたエネルギーが消費されて体重減少となります。このため甲状腺ホルモンが多くなる病気になると糖尿病が悪化して体重が減少します。甲状腺ホルモンが多くなる病気にはバセドウ病以外にもありますし、逆に甲状腺ホルモンが少なくなる病気もあります。「甲状腺疾患と糖尿病との気になる関係とは?(P.7)」では詳しくそのような病気の解説もありますので興味のある方はぜひご覧ください。

次に、「進歩する技術を知ろう 栄養療法支援アプリ(P.35)」についてです。高血圧症、脂質異常症、糖尿病は生活習慣・食事による影響が大きく、皆様も日々食事のカロリー、炭水化物、タンパク質、塩分などに気をつけられていることと思います。宅配食ではそれらが表示されていますが、現実的には把握がなかなか難しい数値で、その一助となるのがこのアプリです。このアプリは膨大な写真とその栄養について学習させたAIが食事を写真にとるだけで自動的にカロリー、炭水化物、塩分などを表示してくれます。もちろんAIが写真だけで判断するので正確性には限界があります。しかしその欠点を理解したうえで使うなら、このアプリは皆さんの頼もしい栄養士さんになってくれます。

季節の変わり目ですので、健康には十分にご留意なさって、日々お元気に過ごされますことをお祈り申し上げます。