

つかさ会 会報



2024.5 月

つかさ会の皆さま、こんにちは。5月26日(日)に令和6年度つかさ会総会・春の講演会が開催されました。参加いただいた皆さまには厚く御礼申し上げます。今年は、当院の内科外来の糖尿病看護認定看護師 古田 均 先生にご講演をいただきました。古田先生とは、当院の外来で顔を合わせていらっしゃる方も多いのではないのでしょうか。災害支援ナースとして能登や熊本など被災地での支援活動や、災害時の心構えについて、わかりやすくご講演いただきました。今回得た知識や情報を、ぜひ日常生活に取り入れていただき、いつ起こるか分からない災害に備えていただければと思います。

さて今月は、4月から岐阜大学医学部附属病院 免疫・内分泌内科に入職した、佐伯 玲介 先生に「さかえ」の読みどころを紹介していただきます。

つかさ会のみなさん、こんにちは。5月号の紹介を担当します、免疫・内分泌内科の佐伯です。ほのかに気温や湿度から夏の気配を感じる季節となりました。洗濯物を干そうと思う日に限って雨が降り、洗濯物を干していない日に限って良い天気になるように感じるのは僕だけでしょうか。

さて今月号の「さかえ」の見どころ紹介です。特集1は「新型コロナウイルス感染症の今とこれから(P.5)」です。新型コロナウイルス感染症への社会的対応もこの数年で大きく変化してきました。手洗いや換気の基本的な感染症への対策を継続していくことが様々な感染症の予防となります。シックデイの対応についても詳しくわかる記事となっています。

特集2は「音楽×運動療法(P.17)」です。運動療法は、食事療法と薬物療法と並び糖尿病治療の三本柱のひとつです。運動療法は心機能、運動機能を高めるだけでなく、うつ状態や認知機能の改善にもつながります。特集2では音楽を聴きながら運動を行うことの効果をわかりやすく学ぶことができます。また、その実践方法も知ることができ、健康で長く過ごすためのヒントがたくさん書かれています。ぜひ読んでみてくださいね。

特別企画1は「糖尿病でみられる汗の異常と自律神経(P.28)」、特別企画2は「環境・生活習慣の変化と糖尿病の関係(P.33)」です。暑くなり汗をかく時期になりました。糖尿病と汗の関係について発見がある記事となっています。また、生活習慣は糖尿病と非常に深く関係しています。特別企画2を読んでご自身の生活習慣のgoodなところを再確認しましょう。意外な改善点も見つかるかもしれません。

良い天気で運動しやすい日が増えてきましたが、くれぐれも脱水には気を付けてお過ごしください。