

# つかさ会 会報

2025月  


つかさ会の皆さん、こんにちは。5月10日(土)に令和7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んには心より御礼申し上げます。今年は、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 准教授の加藤 大博 先生に「糖尿病と筋力低下の関係とは？健康に年を重ねるための実践法」と題し、糖尿病とサルコペニアの関係や、筋力低下予防のための食事・運動習慣について、わかりやすくご講演いただきました。また先月ご案内した通り、7月13日(日)には岐阜県糖尿病協会総会が開催されます。6月4日まで参加を受け付けておりますので、奮ってご参加ください。

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

つかさ会の皆さん、こんにちは。5月号の紹介を担当します、堀と申します。日の出が早くなり、部屋に差し込む光の強さも以前に比べてずいぶんと力強く感じられるようになりました。季節の移ろいを感じる今日この頃、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

今月号の「さかえ」も読みごたえのある内容が満載です。特集1は「熱中症の基礎知識と糖尿病(P.5)」です。熱中症の起こりやすさは年齢や持病だけでなく、気温などの環境や体調、行動によって日々変わるため注意が必要です。熱中症の予防に重要な「HEAT」や熱中症になってしまった時の応急処置「FIRE」をご存じでしょうか？熱中症にならない、悪化させないために大切な行動を紹介しています。

特集2「季節の変わり目に多いめまいのお話(P.33)」では、多くの方を悩ませるめまいについて、耳・脳・自律神経・血流など、原因別に代表的な疾患を紹介しています。なかでも、脳からくるめまいは治療を急ぎますので、他の原因と見分けるポイントを知っておくことが大切です。また、めまいに悩む方に役立つ運動や生活習慣についても掲載されています。

特別企画1は「定期的な合併症・併存症チェックの重要性(P.17)」です。糖尿病とともに生きる方の治療目標は「糖尿病のない人と変わらない寿命と生活の質」です。そのためには合併症を定期的にチェックし、重症化させないことが重要です。「しめじ」で覚える糖尿病の合併症や、併存症の特徴と対策についても解説されています。主治医の言葉や検査の意味を理解し、「自分ごと」として糖尿病に向き合う一助になればと思います。特別企画2「新たな週1回インスリンの登場(P.28)」では、新たな治療薬「インスリン イコデグ」について紹介しています。これは週に1回投与するインスリンで、毎日の注射が難しい方にとって新たな選択肢となる可能性があります。他のインスリンとの違いについても解説されています。

これから本格的に梅雨を迎え、気温や天候の変化が体に負担をかけやすい季節になります。皆様が熱中症やめまいに悩まされることなく、健やかにお過ごしいただけますよう、お祈り申し上げます。