



実践が大事

2015年2月に受審しました病院機能評価は、5月に合格の認定を受けました。受審の準備は大変でしたが、大事なことは認定後の実践力にあると思います。

院長 小川 洋史

写真：六華苑（旧諸戸邸宅 桑名市）（撮影：小川 洋史）

糖尿病を予防する

新生会第一病院 糖尿病・内分泌内科部長 西井裕和

糖尿病は世界中で増加している

糖尿病は世界中で年々増え続けています。国際糖尿病連合(International Diabetes Federation: IDF)によると、2013年の糖尿病有病者数は世界中で3億8200万人、2035年には5億9200万人にもなると推定されています。

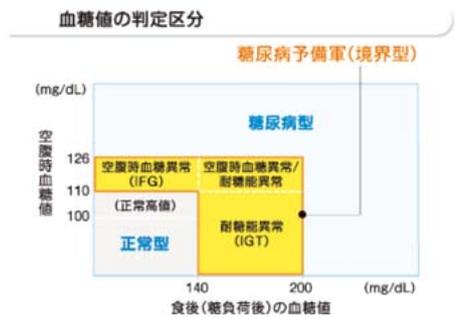
日本国内の糖尿病実態調査を見ても、1997年と2012年の調査結果を比較すると、「糖尿病が強く疑われる人(糖尿病)」が690万人から950万人、「糖尿病の可能性を否定できない人(糖尿病予備軍)」が680万人から1100万人と大きく増加しています。

つまり、日本国内では糖尿病と糖尿病予備軍が、それぞれ950万人、1100万人もいて、合わせると2012年時点で2050万人、1997年の1370万人から、15年間で1.5倍ほどに増加していることになります。およそ成人の4人に1人が糖尿病または糖尿病予備軍であるというわけです。

糖尿病予備軍とは？

糖尿病予備軍とは、境界型糖尿病とも呼ばれ、糖尿病一歩手前の状態のことをいいます。

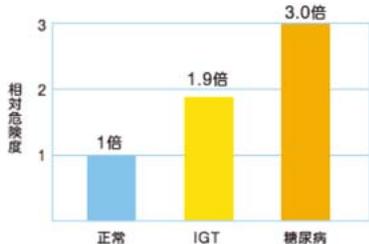
糖尿病予備軍(境界型)は、空腹時の血糖値が高めの空腹時血糖異常(IFG)、食後の血糖値が高めの耐糖能異常(IGT)、あるいは両者を重複した3つに区分されています。



日本糖尿病学会編：糖尿病治療ガイド2014-2015、P22、文光堂、2014より改変

心血管疾患*発症の危険度

IGTの段階から心血管疾患発症の危険度は高くなります。



*心血管疾患:脳卒中、心筋梗塞など
Fujishima M et al.: Diabetes 1996; 45: S14-16

予備軍でも危険!

耐糖能異常(IGT)は食後の血糖値が少し高くなるだけで、まだ糖尿病とは診断されませんが、このIGTの段階でもすでに動脈硬化の進行が始まっています。

また、動脈硬化が進むと、糖尿病の合併症である大血管症(心筋梗塞、脳卒中など)が起こりやすくなります。

けんこう百花82号

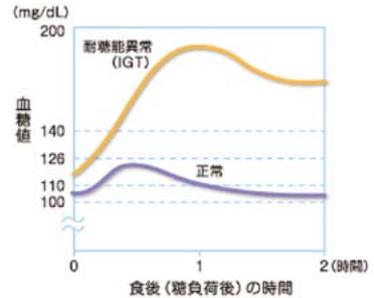
新生会
情報誌

IOSPY

#IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY

食後の血糖値の変化

耐糖能が正常であれば食後(糖負荷後)の血糖値は正常範囲にまで低下しますが、IGTになると血糖値の上昇が著しく、かつ低下しにくくなります。



糖尿病予備軍のなかで、耐糖能異常(IGT)を有している人は非常に多く、日本人では約8割であると報告されています。

肥満の人や、糖尿病の家族歴がある人などは、空腹時血糖値が正常であっても食後の血糖値が高い可能性があるため、食後の血糖値を調べることをお勧めします。

予防するには

糖尿病予備軍かどうかを調べる検査に、経口ブドウ糖負荷試験(OGTT)があります。この検査では、空腹時の血糖値と、ブドウ糖を飲んだ後の血糖値を30分毎に測定し、糖尿病予備軍の分類分けができます。外来で実施可能な検査ですので、糖尿病を発症する危険性が高い人では、定期的に検査を受けましょう。

また、最近では、糖尿病予備軍の診断を受けた場合に限り、糖尿病発症を抑制する薬を内服することができるようになってきました。この薬の内服により、糖尿病の発症が40%減少したとの報告もあります。

フットケアをしましょう

外来看護師 櫻井律子

皆さんは「足」について考えたことがありますか？

ちょっとした足の傷や痛みは放置されがちですが、様々な要因(表1参照)が重なると、小さい傷でも治りにくくなります。さらに適切な処置をせず放置すると、だんだん悪化して足壊疽となり、最悪の場合足を切断することもあります。

特に糖尿病の方は、血管障害を起こしやすく、神経障害や視力障害の合併症により、異常に気づきにくいいため、そのリスクは高くなります。

表1: 足病変の要因

- ・足が変形している: 外反母趾、関節リウマチなど
- ・血管障害がある: 糖尿病、高血圧、閉塞性動脈硬化症、透析など
- ・神経障害がある: 糖尿病、腰椎間板ヘルニアなど
- ・抵抗力が弱い: 糖尿病、リウマチなど

このような症状がある人は要注意!

外反母趾、陥入爪、爪白癬、ひび割れ、たこ、うおのめ、色が悪い、冷たい、しびれ、痛みなど



ひび割れ



外反母趾



爪白癬+陥入爪



フットケアとは、自分の足を観察し、傷などがいないか確認し、ケアすることを言います。自分の足に関心を持ち、適切な処置をすれば悪化を防ぐことができます。自分で出来ない場合はご家族に協力してもらおうようにして自分の足は自分で守りましょう。

平成27年9月12日開催のオープンセミナーは、糖尿病予防と最新の治療を中心に、フットケアはご自宅でも簡単に出来るケア方法などをお話しさせていただきます。お気軽にご参加下さい。



スキンケアは年齢や性別問わず重要です 肌にいつも潤いを

新生会第一病院 薬剤師 橋爪博隆

透析をされている方は皮膚が乾燥しやすいのです

透析患者さんは、かなり高い頻度で体のあちこちにかゆみを訴えられます。かゆみの原因はかなり複雑ですが、皮膚の乾燥も大きな要因のひとつです。透析患者さんの皮膚乾燥は保湿機能の低下によるものではなく、汗腺が萎縮することによって汗の量が低下し、皮脂が皮膚全体に行き渡らないことが原因だと言われています。

皮膚が乾燥するとかゆみを感じやすくなるばかりでなく、かゆみを伝える神経が皮膚の浅い部分まで伸びてくるため、さらにかゆみを感じやすくなるという悪循環に陥ります。また高齢の方では、皮膚の新陳代謝や皮脂を出す皮脂腺の機能が衰えて、皮膚の乾燥を起こしやすくなります。



シャント感染の予防にも保湿は効果テキメンです。
シャント肢の保湿は重要ですよ!!

保湿剤を積極的に使いましょう

汗の量が低下し、皮脂が皮膚全体に行き渡らないことが乾燥の原因ですから、皮脂の代わりに皮膚の潤いを保ち、バリア機能を補強する保湿剤の利用が欠かせません。

病院で提供できる保湿剤には、水と結合して肌の潤いを保つタイプと皮膚の表面に脂の膜をつくって水分を閉じ込めるタイプとがありますが、水と結合して肌の潤いを保つタイプがお勧めです。

当院ではヒルドイドクリーム、ヒルドイドローションを採用していますが、成分の同じジェネリック医薬品も数多く出回っています。

効果的な塗り方

皮膚のシワの方向にそって塗りましょう。
入浴後10分以内に塗るようにしましょう。
肌が乾燥しているときに塗っても、皮膚に含まれる水分が少ないので十分な効果が得られません。

ヒルドイドクリーム



ヒルドイド
ローション



日常生活で気をつけたいこと

・いつも肌を清潔に保ちましょう。

乾燥肌は皮膚のバリア機能が低下し、細菌、異物などが体内に入りやすい状態です。

・皮膚になるべく刺激を与えないようにしましょう。

乾燥肌は外部からの刺激に敏感になっています。

このふたつをかなえるために、体を洗う石鹸は刺激性の少ないタイプを使用し、体を洗うときは綿のタオルを使い、肌着も、通気性の良い柔らかい木綿のものがよいです。42度以上での入浴、30分以上の長風呂、不必要な厚着も皮膚刺激の原因になります。

病院機能評価更新しました!!

けんこう百花82号

新生会情報誌



病院機能評価とその意義

新生会第一病院 院長 小川洋史

新生会第一病院は2015年2月に病院機能評価(日本医療機能評価機構)を受審し、5月には合格との審査結果報告をいただいています。当院は2000年よりこの病院機能評価を受審しており、今回4回目の更新をめざした訳です。当院が受審を続けている理由は、「第三者評価は病院にとって必要条件」と考えているからです。医療を提供するための基本的な活動(機能)が適切かどうかを第三者に評価していただく、そして改善すべき点は改善し、良い評価を受けた点は更に上をめざすことが大事です。機能評価受審の準備は大変でしたが、機能評価の意義は合格した後にあります。

第23回 新生会オープンセミナーのご案内

日時：2015年9月12日(土) 13:30~15:30(受付13:00~)

“糖尿病と足病変の予防”

第一部：糖尿病を予防する

講師：新生会第一病院 糖尿病・内分泌内科部長 西井裕和

第二部：フットケアをしましょう

講師：新生会第一病院 外来看護師 櫻井律子

場所：新生会第一病院 集会室

お問い合わせ：052-832-8411(オープンセミナー担当：樋口・市川)

新生会第一病院 一般外来診療体制表

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
一般内科	午前	○	○	/	○	○	○
腎臓内科		○	○		○	○	○
リウマチ科/整形外科		○	○		○	○	○
糖尿病内科/内分泌科	午後	○	○	○	○	○	○
リハビリテーション科	※	○	○	○	○	○	○

診療時間：

午前 9:00 ~ 12:00 (受付時間 8:30 ~ 11:30) / 午後 13:30 ~ 16:30 (受付時間 13:00 ~ 16:00)
(曜日、科により診療時間に変動あり)

◎糖尿病内科の日に、糖尿病栄養外来、糖尿病看護外来実施
◎リウマチ相談窓口あり

※リハビリ実施時間：

午前 9:00 ~ 12:00 / 午後 13:00 ~ 16:00

人工透析内科、透析ベッド 46 床、午前の部、午後の部あり

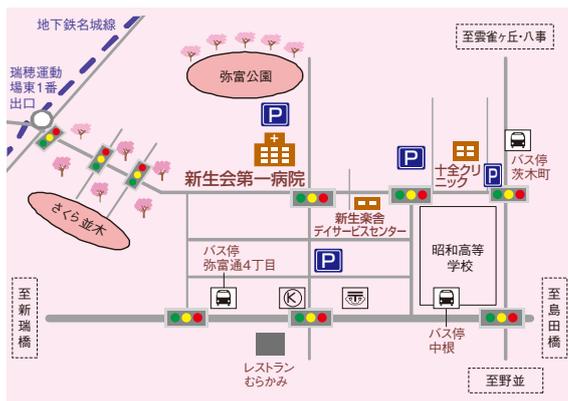
新生会第一病院

住所 〒467-8633 名古屋市瑞穂区玉水町1-3-2

電話 (052) 832-8411 FAX (052) 832-9063

ホームページ <http://www.hospo-shinseikai.org>

※当院外来では、予約制を実施しております。(初診の患者様、急変した再診の患者様、又、再診の方でも急に受診日を変更したい場合等は、予約がなくても受付けますので来院ください)



IOSPY