

# 四季の風



■発行責任者／病院長 豊田 秀徳  
■編集 集／大垣市民病院広報・企画委員会

広報 第83号

●発行 令和5年7月1日●

## CONTENTS

専門医が教える家庭の医学(糖尿病について) ……P1～2  
「患者満足度調査」結果報告 ……P3

私たちから採取された組織・細胞の検査はどうしてるの? ……P4  
第5回 病院バックヤードツアー ～最先端医療現場に潜入～ ……P4

## 診療部 専門医が教える家庭の医学

# 糖尿病について

糖尿病・腎臓内科 医長 柴田 大河

## はじめに

糖尿病は、初期の頃には自覚症状の乏しい人が多く、気づいていないか、気づいていても放置している方が非常に多くいます。症状が軽いからといって放置すると、後々大変な問題を引き起こすことがあります。なぜなら、きちんと管理を続けていかないと、将来つらい合併症を発症することがあるからです。たとえば、眼の合併症で失明する人は年間約3,000人、腎臓の合併症で透析療法を始める人は年間約16,000人いるのです。

もちろん糖尿病で通院している人も、医者任せや病院任せではいけません。食事療法や運動療法に代表される、みなさんの日常生活が治療に非常に深く関係してくるのです。この病気の治療には、患者さん自身が養生していくこと、すなわち「自己管理」がもっとも大切なのです。

## 糖尿病とは？

糖尿病は「尿に糖がおりる病気」と理解しないでください。糖尿病は「血糖値が高い病気」すなわち『高血糖病』と考えるのが正しい理解です。

高血糖の状態は、全身の血管に糖の多い血液が常に流れていることになります。そのような状態が長く続くと、血管は通常より早く傷み血管が詰まったり破れたりしやすくなります。その結果として合併症を発症します。

## 血糖とは？

血糖とは「血液中のブドウ糖」のことです。

ブドウ糖は食物（主にご飯やパンなどの主食や芋類など）から作られ体のエネルギー源として働きます。車でいうとガソリンに相当するのがブドウ糖です。糖尿病のない人でも食事によって血糖はある程度上昇しますが、血糖が上がりすぎないようにブレーキが掛かります。このブレーキの役割をしているのがインスリンというホルモンです。

### 正常な血糖値

空腹時血糖：70-110mg/dl 食後血糖：140mg/dl未満

### 糖尿病のある人の血糖値

空腹時血糖：126mg/dl以上、食後血糖値：200mg/dl以上

## インスリンとは？

インスリンとは膵臓（胃の裏側にあります）という臓器から分泌されるホルモンです。ホルモンとは体内で作られ、血液中を流れ様々な臓器に作用して、体の調子を一定に保つ働きをします。インスリンは血糖値を一定に保とうとしています。食事によって血液中に流入してきたブドウ糖はエネルギーとして利用されますが、すぐに利用する必要のない余分なブドウ糖は、肝臓や筋肉、脂肪に貯蔵されます。私たちの体は、インスリンの働きにより余分なブドウ糖を貯蔵することによって血糖値の調整をしています。



## 糖尿病状態でのインスリン

膵臓が疲弊しインスリンの分泌が不足する(インスリン分泌不足)か、働きが不十分になる性質(インスリン抵抗性)があると、血液中のブドウ糖を十分に利用できず、血糖値が上昇して糖尿病を発症します。このインスリン分泌不足とインスリン抵抗性という2つの要因が先祖から遺伝し、個人の中でいろいろな割合で混ざっています。つまり、患者さんによってインスリン分泌不足寄り、インスリン抵抗性寄り、両者を半々で持っている人など様々です。

残念ながらインスリン分泌不足の改善は今の医学では難しいですが、インスリン抵抗性は皆さんの生活習慣を見直すことによって改善させることができます。

糖尿病には型がある

糖尿病にはいくつかの種類があり、その種類によって糖尿病になる背景も違います。一般的に知られているものとして、「1型糖尿病」と「2型糖尿病」があります。日本では95%以上の糖尿病患者さんが2型糖尿病です。

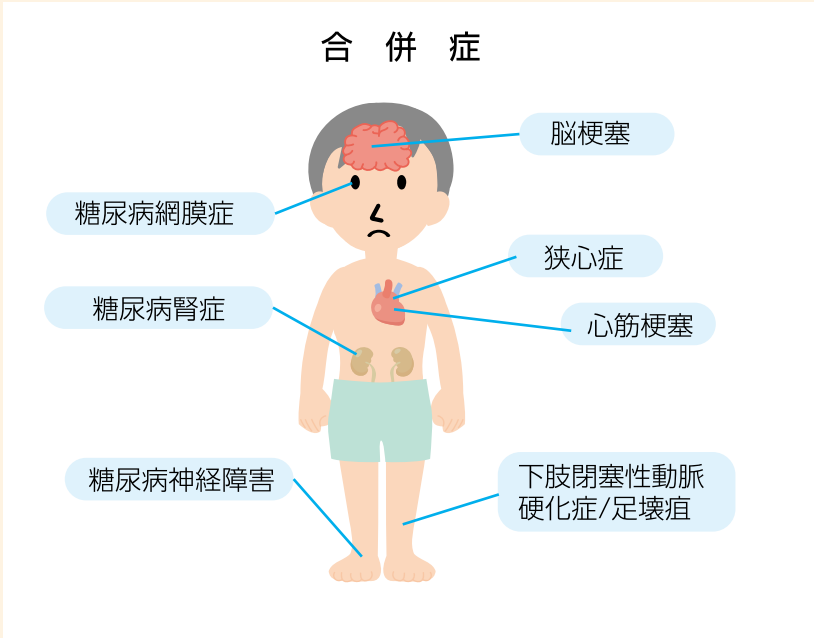
1型糖尿病は、インスリンを作る細胞が壊れてしまい、急速にインスリンを作り出すことがなくなる糖尿病です。短期間にインスリン分泌不足の状態からインスリンが枯渇してしまうため、インスリン注射が絶対的に必要になります。

2型糖尿病は、インスリン分泌不足やインスリン抵抗性といった体質が先祖から遺伝した結果、血糖値が高くなります。日本人はインスリン分泌不足が強いと考えられています。この体質は、加齢によって悪化することが多く、生活習慣（高カロリー食、高脂肪食、運動不足、ストレス）によっても悪化します。

糖尿病の合併症

糖尿病になると、血管の中は血糖値が高い状態が続きます。血糖値が高い状態は、血管を傷つけたり、血液をドロドロにしたり、さまざまな負担を血管に与えます。糖尿病は、長い時間をかけて血管をボロボロにしていく病気とも言えます。

血糖値が高いことで様々な場所に障害を引き起こします。それを「合併症」と呼びます。



糖尿病はなかなか自覚症状が出ないため、合併症が起こってから初めて糖尿病の怖さ、血糖コントロールの重要性に気づく場合が多いです。血糖コントロールが不十分なまま、何の対策もとらずに日々を過ごしていると、やがては糖尿病合併症を発症することになります。合併症は、患者さんの生活の質(QOL: Quality Of Life)を悪化させ寿命を短くします。糖尿病合併症が発症または進展してしまうと、血糖コントロールのための自己管理も大変になってしまいます。また合併症の治療費も必要になり、身体的な負担だけでなく経済的な負担も大きくなってしまいます。

糖尿病治療の目標は、合併症の発症進行を防ぐことで、糖尿病のない人と同じ生活の質(QOL)を維持し、糖尿病のない人と変わらない寿命を確保することです。

糖尿病の治療

糖尿病と診断されたら医療機関を受診しましょう。前述の通り、症状が軽いからと自己判断での我流の治療は危険が伴います。

糖尿病の治療の目的は、適切な血糖コントロールにより合併症を防ぐことですが、その方法として「食事療法」・「運動療法」・「薬物療法」の3つが柱となります。

どのタイプの糖尿病でも治療の基本となるのは食事療法と運動療法です。

1型糖尿病では薬物療法としてインスリン療法も欠かせません。一方で2型糖尿病の治療は、体の中のインスリンの効きにくさを解消するために、まず食事療法と運動療法によりインスリンの節約を図り、血糖のコントロールを目指します。食事・運動療法のみではコントロールがうまくいかない場合に、薬物療法の助けを借りるようにします。



治療効果は血糖値で確かめますが、血糖値は食事に影響されやすいので、もし検査の前だけ食事を大きく減らしたら、その時だけ良い数値となる可能性があり、治療効果を正しく評価することはできません。

そこで、治療中は HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）を測定します。これは採血した日から過去1～2ヵ月間の平均血糖値を反映する検査です。これによって、毎日血糖を測らなくても最近の血糖コントロールがうまくいっているかどうかを把握することができます。

| 血糖コントロール目標 <small>注4)</small>                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |                                       |                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|
| 目 標                                                                                                                                                                                                                                                                | <small>注1)</small><br>血糖正常化を<br>目指す際の目標 | <small>注2)</small><br>合併症予防<br>のための目標 | <small>注3)</small><br>治療強化が<br>困難な際の目標 |
| HbA1c(%)                                                                                                                                                                                                                                                           | 6.0未満                                   | 7.0未満                                 | 8.0未満                                  |
| 治療目標は年齢、罹病期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して個別に設定する。                                                                                                                                                                                                                    |                                         |                                       |                                        |
| <p>注1) 適切な食事療法や運動療法だけで達成可能な場合、または薬物療法中でも低血糖などの副作用なく達成可能な場合の目標とする。</p> <p>注2) 合併症予防の観点からHbA1cの目標値を7%未満とする。対応する血糖値としては、空腹時血糖値130mg/dL未満、食後時間血糖値180mg/dL未満をおおよその目安とする。</p> <p>注3) 低血糖などの副作用、その他の理由で治療の強化が難しい場合の目標とする。</p> <p>注4) いずれも成人に対しての目標値であり、また妊娠例は除くものとする。</p> |                                         |                                       |                                        |

おわりに

糖尿病は早期からしっかり管理すれば、合併症を防ぐことができます。健康診断で指摘された方は早めに医療機関を受診しましょう。現在、通院治療している方は中断せずに治療を継続しましょう。そして、糖尿病のない人と変わらない生涯を手に入れましょう！

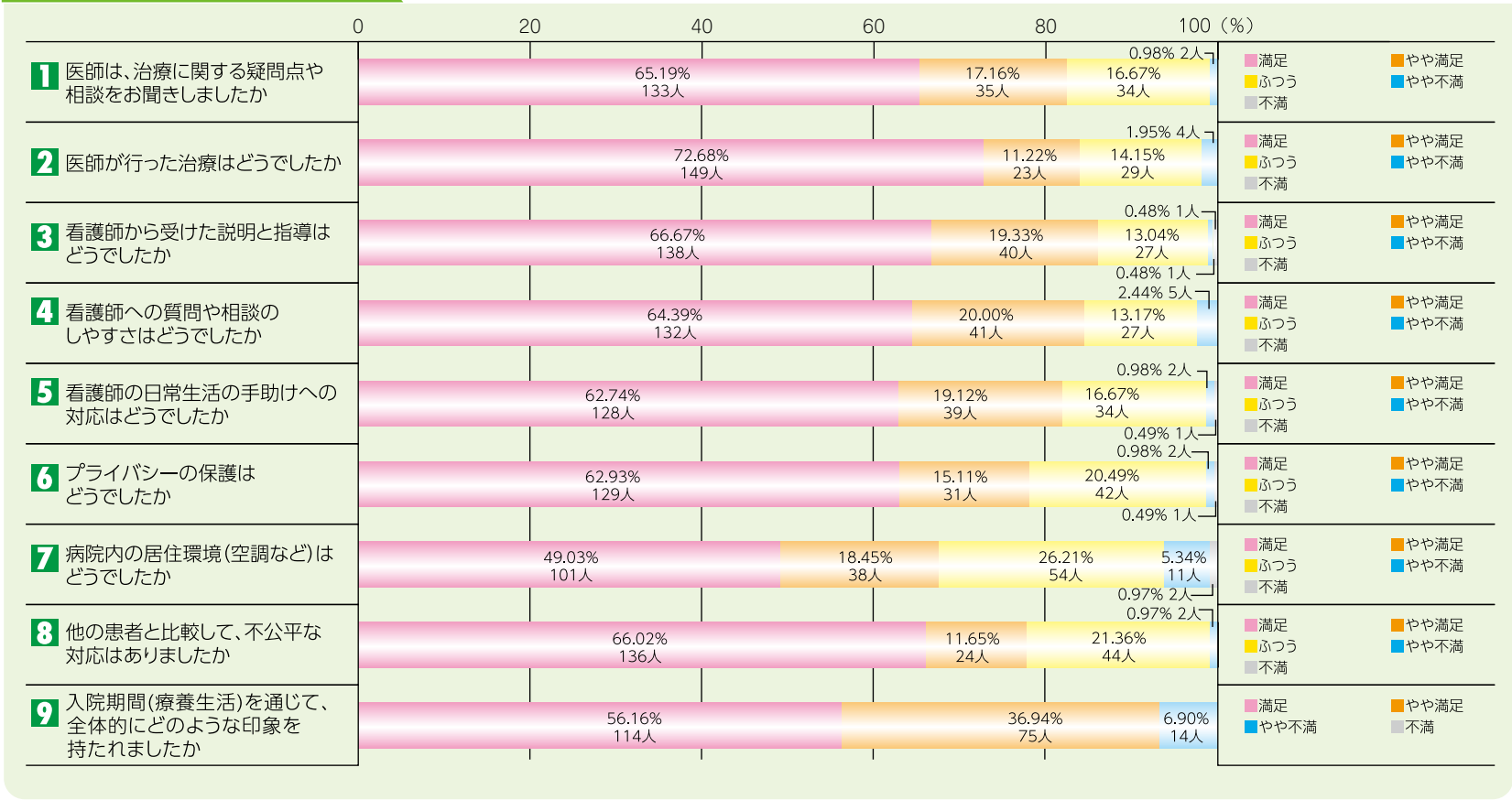
# 患者満足度調査

## 結果報告

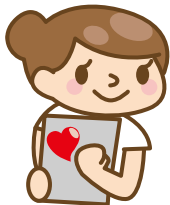
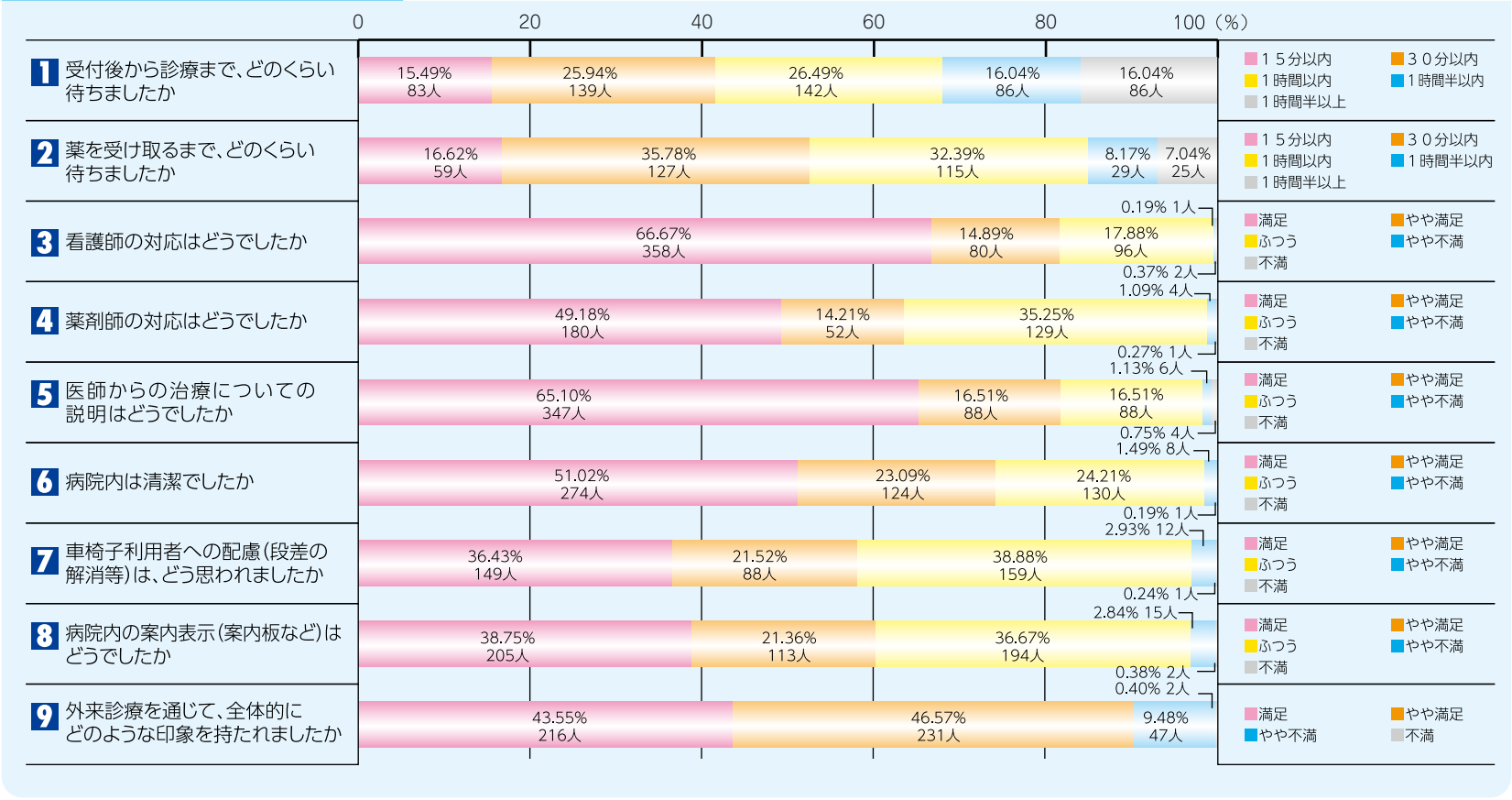
当院における問題点の改善や患者満足度の向上に活用するために実施した「患者満足度調査」の結果のうち主な9項目についてご報告いたします。

調査は、「入院に関するもの」は、令和5年1月12日(木)～18日(水)の期間に退院された患者さん、「外来に関するもの」は、令和5年1月19日(木)、20日(金)に外来受診された患者さんの一部を対象に実施したものです。

### 入院に関するもの



### 外来に関するもの



また、ご報告した調査結果のほか、施設的な改善要望や待ち時間、接遇面など様々なご意見・ご要望をいただきました。

今回の調査結果につきましては、今後の病院運営に活用させていただき、患者さんに対するサービス等の、より一層の充実に努めてまいります。

最後に、ご協力いただきました患者さんには、心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。



## 医療技術部 私たちから採取された組織・細胞の検査はどうしてるの？

診療検査科 病理細胞診室 臨床検査技師 大角 沙織



レントゲンや胃カメラなどで異常が見つかった時に、それらの検査だけでは、その部分が悪いものなのか、悪くないものなのか完全に分けること（これを確定診断といいます）は多くの場合難しいです。確定診断を行うためには、異常が見つかった部分の一部または全部を採取して精密検査を行う必要があります。この精密検査を病理検査といいます。

採取された体の一部は、そのままでは詳細に観察することができません。そのため、病理検査ではそれらを顕微鏡で観察できる状態に加工する臨床検査技師と、顕微鏡で観察して確定診断を行う病理専門医とが協力して、検査を行っています。

顕微鏡で観察することで、その部分が悪いものなのか、悪くないものなのかの診断に加え、病気の種類、広がりなどの程度などがわかります。近年ではさらに詳しい検査を行うことで、個々の患者さんに適した治療法の決定や、治療による副作用の予測なども可能になっています。



体の一部を採取することが難しい場合や、経過観察として繰り返し検査を行いたい場合、組織よりもっと細かい細胞を利用した検査をすることができます。これを細胞診検査といいます。細胞診検査では、尿や喀痰などに含まれる、体から自然に排出される細胞や、場合によっては歯ブラシのような器具を用いて体の中から採取された少量の細胞を顕微鏡で観察します。

また、当院はがんゲノム医療連携病院に登録されています。ゲノム医療に用いるがん遺伝子検査には、病理検査で扱う検体が多く使われています。病理検査に従事する臨床検査技師はがん遺伝子検査のための検体の管理や、院内での遺伝子検査も実施しており、正確な遺伝子検査を行うためにも重要な役割を担っています。

私たちは患者さんと直接接する機会は多くありませんが、病理専門医や臨床医と綿密に協力して、正確で迅速な確定診断が届けられるように業務を行っています。

## 第5回 病院バックヤードツアー ～最先端医療現場に潜入～

- 【内 容】 医師・看護師などが直接参加者に解説しながら病院内をめぐるツアー。各種体験なども。
- 【見学施設】 手術室（ロボットなど）・放射線科・臨床検査科・薬剤部・救命救急・災害対策部門・屋上ヘリポートなど  
\*患者さんへの治療を見学するものではありません。
- 【日 時】 令和5年8月19日（土）8時30分～13時ごろ（受付 8時10分）
- 【対 象】 大垣市内在住または在学の中学生・高校生（2人組の参加もOK）
- 【募集人数】 60名 \*応募多数の場合は抽選となります。なお、結果はメールにてお知らせします。  
当選者の方のみ、後日当選ハガキを郵送させていただきます。  
（2人組でお申し込みの方は代表者の方へ送付）
- 【参 加 費】 無料
- 【応募方法】 当院のホームページ（お知らせ一覧）より必要事項を記入しお申し込みください。
- 【締 切】 7月17日（月）

＜問い合わせ先＞ 大垣市民病院 事務局庶務課 病院バックヤードツアー受付  
TEL：0584-81-3341 内線 6139



手術支援ロボットを見学する参加者

## 病院の理念

## 患者中心の医療・良質な医療の提供

## 大垣市民病院の基本方針

- ① 地域の基幹病院として、住民の健康と福祉の増進に貢献します。
- ② 患者さんの立場を第一に考え、公正且つ普遍的な医療の提供に努めます。
- ③ 医療安全を推進し、安心で安全な医療の提供に努めます。
- ④ 医学の進歩に沿って病院施設・医療機器の整備や充実を図り、専門的な医療の提供に努めます。
- ⑤ 公共性と経済性を両立し、健全な病院経営に努めます。
- ⑥ 地域の医療機関との連携を保ちつつ、患者さんに信頼される医療活動に努めます。

## 大垣市民病院臨床研修の理念

- ◎ 社会人としての規律を守り、医師としての自主性と高い倫理観を持ち、思いやりのある人格を育てる。
- ◎ プライマリ・ケアに必要な幅広い診療能力を修得する。
- ◎ チーム医療の一員として、安全・安心・満足の得られる患者中心の良質な全人的医療を実践する。



No smoking

健康増進法に定められた受動喫煙防止対策により、  
当院の敷地・駐車場内は**全面禁煙**です。  
ご理解とご協力をお願いします。

当院は、臨床研修病院に指定されており、次世代の医師育成のため、上級医の指導のもと研修医の臨床研修及び学生の臨床実習を行っています。

編集後記

「四季の風」は平成15年に刊行し、今号で83号になります。バックナンバー（36号以降）は右記2次元コードよりご覧になれます。次回は10月1日に発行予定です。今後とも多くの皆さまの声をお聞きしながら、読みやすい紙面づくりを目指してまいります。ご意見ご要望がございましたらお気軽にお寄せください。



院外広報誌

## 大垣市民病院広報・企画委員会

〒503-8502 大垣市南瀬町4丁目86番地  
TEL(0584)81-3341 FAX(0584)75-5715  
<http://www.ogaki-mh.jp/>  
（電話でのお問い合わせについては、お間違いのないようお願いします）