



特集 P-2

放っておくと怖い
糖尿病…
本当に怖いのは
合併症

**糖尿病
神経障害**

えそ
足壊疽

脳梗塞

**糖尿病
網膜症**

歯周病

心筋梗塞

**糖尿病
腎症**

- お役立ち情報 P-6
正しく薬を飲むために… 第7回
- 情報カード P-8
看護スペシャリストのご紹介 1
- 外来紹介 P-9
膠原病リウマチ内科

病院理念

私たちは利用して下さる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



放っておくと怖い糖尿病…

本当に怖いのは

合併症

年々増加傾向にある糖尿病。糖尿病は血糖値が高くなる病気ですが、発病してから長い間症状がありません。7～10年、血糖コントロールが悪い状態が続くと、さまざまな合併症が起こります。

血糖値の
正常値

- ①空腹時の血糖値が110mg/dl未満
- ②食事の2時間後の血糖値が140mg/dl未満
- ③HbA1c(ヘモグロビン・エーワンシー)が6.2%未満

糖尿病の合併症は、血液の中に滞るブドウ糖が血管に障害を起こすことによって生じます。血管の中でも細い血管に起こる「**細小血管症**」と太い血管に起こる「**大血管症**」があります。

当院では合併症の進行を予防するため、「糖尿病足外来」・「透析予防外来」2つの専門外来を設け、医師・専門の看護師・管理栄養士がチームとなって診療を行っています。

- 細小血管症**
 - ☑糖尿病網膜症(眼)
 - ☑糖尿病神経障害(神経)
 - ☑糖尿病腎症(腎臓)
- 大血管症**
 - ☑脳血管障害(脳)
 - ☑虚血性心疾患(心臓)
 - ☑末梢動脈疾患(下肢)

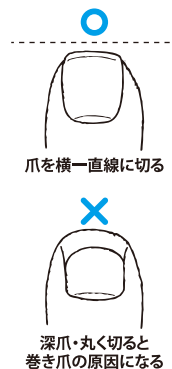
※糖尿病の合併症は、全身のさまざまな箇所に症状が現れます。

糖尿病足外来

合併症の一つである神経障害。進行すると足先のしびれが出現したり、足先の感覚が鈍くなり、痛みや熱さ・冷たさを感じにくくなります。また、足に傷ができて気づかず、知らない間に傷がひどくなってしまふことがあります。



足の爪の切り方



糖尿病足外来では、医師と専門の看護師が足について詳しく診察し、足浴・正しい爪の切り方・足を乾燥させないための保湿方法などを行い、糖尿病及び糖尿病合併症についての知識を深めてもらうようにしています。足のセルフケアを意識できるようになっていくこと、またご自身でケアを行っていただけることを目指しています。

内分泌内科に通院中の方で糖尿病足外来の受診を希望される方は、一度主治医にご相談ください。

※糖尿病足外来は、毎週金曜日の午後診察しています。

糖尿病腎症の病期



●腎臓を守るためには

- 血糖コントロール
HbA1c7%未満
- 減塩
塩分1日6gまで
- 血圧
130/80mmHg未満

透析予防外来

糖尿病腎症とは、腎臓の働きが悪くなる病気です。糖尿病腎症が原因で透析に至る患者数は、年間16,000人を超え、透析になる原因の疾患の第1位となっています。

血糖値が高い状態が続いていると、腎臓にある糸球体という細い血管が傷つきタンパクが尿に出たり、身体にとって余分な老廃物を尿に捨てることができなくなってしまいます。また、腎症は症状がないまま進行していくため、症状が出た時は腎臓の機能がかなり弱くなっている状態です。腎臓を守るためにも、まずは自分の腎臓の状態を知り、腎症の進行度に応じた治療を行い、腎臓の負担を減らすようにしなければなりません。

そこで、内分泌内科の診察日に、管理栄養士から食事の注意と、看護師から日常生活で気をつけることなどをお話しています。

腎臓の機能を低下させないように、日常生活の中でできることを一緒に考えていきます。

糖 尿病は、何よりも合併症を起こさないように血糖をコントロールすることが大切です!!しっかりコントロールできていれば、怖い病気ではありません。

内分泌内科では、糖尿病の患者さんが、病気を持っていても元気に過ごすことができるように治療をサポートしていきます。お気軽にご相談ください。

～あなたとあなたの大切な人のために～

あなたとあなたの大切な人のために

Keep your A1c below 7%

第56回 日本糖尿病学会 熊本宣言 2013
年次学術集会

出典：第56回日本糖尿病学会年次学術集会

◀日本糖尿病学会では、合併症予防のために、多くの糖尿病患者さんにおける血糖管理目標値をHbA1c(ヘモグロビン・エイワンシー)7%未満としています。

正しく薬を飲むために…

妊娠・授乳中って薬は飲んだらダメ？

かぜ薬や胃腸薬など、いつもは何気なく飲んでいる薬。妊娠した時にも同じように飲んでいいのか、疑問に思ったことはありませんか？

今回は、妊娠・授乳中の薬の服用についてご紹介します。



妊娠中は？

「妊娠しているとは思わなかったから、薬を飲んでしまった」、「病院で妊娠中と伝えたのに薬が処方された…本当に飲んで大丈夫かしら？」という体験をしたことはありませんか？また「持病があって薬を飲んでいるから妊娠は無理」と考えている方もいらっしゃるかもしれません。

妊娠中に内服しても問題がないとされている薬は、たくさんあります。持病のために飲んでる薬の内服を突然中止すると、体調が急に悪くなることもありますので、自己

判断で薬を止めるのではなく、医師または薬剤師に薬の継続をご相談ください。

授乳中は？

母乳は赤ちゃんにお母さんの免疫をあげたり、赤ちゃんの生活習慣病を予防したりと、多くの良い点があります。このため赤ちゃんを母乳で育てたいと望まれるお母さんはたくさんいらっしゃいますが、お母さんが薬を服用している場合は、赤ちゃんへの影響が気になるところです。

お母さんが薬を服用すると、薬は母乳中に移行しますが、ほとんどのものが「母乳中に移行する量は非常に少ない」と言われています。

したがって、薬を飲んでいるお母さんは母乳をあきらめるのではなく、主治医の先生と相談しながら授乳や薬の継続を決めていくことが大切です。



お母さんが健康を維持することが赤ちゃんのためにもなります。もしも薬を飲むときに心配になった場合には、医師もしくは薬剤師にご相談ください。

看護スペシャリストのご紹介 1

当院で活躍する「専門看護師」「認定看護師」をご紹介します。

慢性疾患看護専門看護師 やまもと まや 山本 真矢

糖尿病患者さんとともに歩んで

私の専門分野は、糖尿病などの慢性的な病気とともに生活している方々の看護です。

現在B5病棟に所属し、糖尿病で教育入院中の患者さんに糖尿病教室を行ったり、医師や薬剤師、管理栄養士などの糖尿病専門職チームで患者さんの生活にあった治療方法を話し合ったりしています。また、外来通院中の糖尿病患者さんや、開業医の先生方から紹介を受けた糖尿病患者さんの病気の管理や、療養生活に関する相談も受けています。例えば、糖尿病でインスリン治療を行っている方と血糖測定ノートを一緒に見ながら、食事や運動など普段の生活を振り返り、何が血糖値に影響していたかを一緒に考え、患者さんの生活にあった治療が行えるよう支援しています。

血糖のコントロールや低血糖などでお困りの方は、主治医の先生を通してご相談ください。



糖尿病専門職チーム

- ・医師
- ・看護師
- ・薬剤師
- ・管理栄養士
- ・臨床検査技師
- ・理学療法士
- ・歯科衛生士



*「看護スペシャリストのご紹介2」は10月に掲載予定です。



こうげんびょう

膠原病 リウマチ 内科

担当

みやもと としあき
部長 宮本 俊明

- ▶ 出身地/千葉県
- ▶ 出身校/浜松医科大学 (1998年卒)
- ▶ 趣味/バスケット

発熱や関節痛、筋肉痛が続く…もしかして膠原病？ 気になる症状があればご相談を

『膠原病』とは慢性的経過をたどり全身に多彩な症状が出る病気です。外敵(細菌、ウイルスなど)から自分を守る「免疫」というシステムに原因不明の異常が起こり、敵と味方(自分)の区別が出来なくなり、味方である自分の体を自分で攻撃してしまう病気の総称です。自己免疫疾患ともいいます。『膠原病』には関節が障害される「関節リウマチ」や「全身性エリテマトーデス」、「強皮症」、「筋炎」など様々な病気があり、いずれも全身の臓器が障害を受ける可能性があります。症状は持続する発熱、関節痛、筋肉痛、皮膚症状など非常に多岐にわたるため、全身を系統的に診察して必要な検査を直ちに行い、早期診断、治療に努めています。

当科はこのようなリウマチを含む膠原病一般を専門とする静岡県でも数少ない専門科です。上記症状等でお悩みの方は一度ご相談ください。



聖隷浜松病院からのお知らせ

■ 紹介状をお持ちください

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介・予約制)がありますので、事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診時**選定療養費**として**3,240円**を別途ご負担いただいております。

当院では、基幹病院と地域の「かかりつけ医」(医院、診療所等)が役割を分担し、連携しながら適切な医療を提供する「地域医療連携」を推進しています。皆さんのご理解ご協力をお願いいたします。

※初診時は医療機関からの事前予約にご協力をお願いいたします。

■ 面会について

- 面会時間…(月～土曜)14:00～20:00、(日曜・祝日)10:00～20:00
- 産科・小児科病棟の面会者は1階総合受付で手続きのうえ、面会者札の着用をお願いいたします。

妊娠かな?
と思ったら…

☎ 053-474-3067へ
お電話ください

(産科外来直通/月～金 15:00～16:30)

妊娠検査薬等で妊娠が確認できれば、紹介状がなくても受診できます。

受診希望日の7日～10日位前までに、産科外来へお電話ください。

当院産科には、助産師が主となって妊娠初期から出産、産後ケアまでを担当する「院内助産システム」もあります。



聖隷浜松病院 総合周産期母子医療センター

検索



ジョイント・コミッション・インターナショナル認定
日本医療機能評価機構認定
地域医療支援病院

社会福祉法人聖隷福祉事業団
総合病院 聖隷浜松病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222
発行責任者 病院長 鳥居 裕一