



川井クリニック NEWS

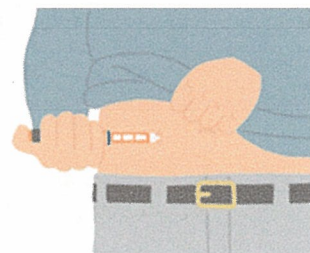
2014 年 4 月 11 日 発行

インスリンの話

院長 山崎勝也

桜の花が咲き乱れ、季節は一気に春になりました。しかし、気温も上昇したかと思えば、また急に寒くなる日もあり、季節の変わり目は兎角不安定で、体調も崩しやすいので、お身体に気を付けて下さい。

さてこの 4 月以降に、新しい機序の経口血糖降下薬が出来ることは、クリニックニュースの前号に川井理事長が書かれていましたが、今回は、インスリン治療について書こうと思います。インスリンと言うと皆さん、あまりいいイメージを持っていない方が多いのではないのでしょうか？インスリン投与は注射ですので、注射は痛いし、面倒だし、お金も掛かり、インスリンを注射するようになったらおしまいだなどと思われている方も多い様です。しかし、インスリン治療は、食事療法、運動療法や経口血糖降下薬で治療しても血糖コントロールが充分でない場合、あるいはインスリン分泌が著しく低下している場合（多くは 1 型糖尿病）には初めから必要です。さらに最近では早期にインスリン治療を行うことにより、**糖毒性（高血糖が続くことにより、インスリン分泌低下やインスリン抵抗性（インスリンの効きが悪い状態）が起こる）が解除**されて、インスリン分泌能やインスリン抵抗性が改善するので、3 年前「ためしてガッテン」で膵臓を復活させる薬としてインスリンが取り上げられたこともありました。そのような場合には、インスリン注射が数か月後には中止出来る方もいます。インスリン治療は、糖尿病でインスリンが不足していることに対しそれを補う治療であり、**足らないホルモンを補う一番理に適った生理的な治療法**なのです。



私が医者になった頃、インスリンはウシやブタ由来のインスリンを使用していました。それに亜鉛などを添加することにより結晶化させて、作用時間を長くする工夫がされました。その後、分子生物学的な方法でヒトのインスリンと同じ構造をした（ヒト型）インスリンが作れるようになり、ヒト型インスリンで**作用時間の短い速効型と比較的長い中間型インスリン**が作られ、さらに速効型と中間型の**混合製剤**が作成され、主に用いられていました。その後、インスリンの構造を少し変えた、**アナログ製剤**が登場しました。速効型インスリンの効果発現をさらに速めた**超速効型インスリン**、中間型インスリンの作用時間を長くした**持効型インスリン**が開発されてきています。これらにより、より健康人に近いインスリン分泌パターンを再現することが出来るようになってきました。

もちろん、何でもかんでもインスリンを使えばいいわけではありません。**インスリンを使用しても、食事療法は適切に行う必要があります**。ただ、身体からのインスリン分泌の低下が強くなった時には、経口血糖降下薬だけでは血糖コントロールは難しくなり、インスリンの補充が必要です。医師よりインスリン導入の話があった時には、自分の体からインスリンが出ない事を納得され、出来るだけ早期にインスリン導入されることをお勧めします。当院では、**食事 2～3 時間後の採血（年 2 回実施）**で、**血中 C-ペプチド**（膵β細胞がインスリンを分泌する際、同時に血液中に分泌される物質）を測定し、患者さんのインスリン分泌能を評価・予測しています。



糖尿病と癌

理事長 川井紘一

4月、5月は学会シーズンです。今年は4月の内分泌学会での発表のため福岡に、5月の糖尿病学会での発表のため大阪に出張となります。そこで私は4月24(木)、25日(金)と5月23(金)、24日(土)は休診とさせていただきます。当院や糖尿病データマネジメント研究会会員の糖尿病治療結果をまとめ発表することで、これからの治療を考えるのに役立ちますし、学会会場で色々な情報をキャッチしてくることは本やインターネットからの情報にもまして実践的な情報となります。

さて今回は、**糖尿病と“癌”との関係**についてまとめてみました。糖尿病は生涯にわたり治療を要する疾患なので、当院に通院されている患者さんにも癌が発見され、その相談にのることはしばしばです。何しろ、日本人の2人に1人が一生のうちには癌を経験すると最近では言われています。糖尿病と癌との関係については、糖尿病学会の委員会報告が機関誌“糖尿病”2013年6月号に発表されました。その報告によると**日本人糖尿病患者の大腸癌、肝臓癌、膵臓癌、子宮癌の危険度は糖尿病でない方の各々1.40、1.97、1.85、1.84倍と報告され、癌全体でも1.2倍程度の数字**が発表されました。その原因としては2型糖尿病と癌に共通した悪い生活習慣；低身体活動、不適切な食事（加工肉の摂取過剰、野菜・果物・食物繊維の摂取不足）、過剰飲酒等による肥満を挙げています。使用している糖尿病薬との関連については、ある種のインスリン製剤や経口糖尿病薬が動物実験結果（治療量の10倍以上の投与実験）より**発売当初心配されることもあります**が、**多数例の治療結果からは大丈夫**のようです。一方、今多くの糖尿病の方に使われている**メトホルミン（メトグルコ）は癌になるリスクを減らし、**なってもその治療予後を良い方向に向けるとの報告が多数あります。インスリン抵抗性改善薬であるメトグルコは、多くの方に処方されていますが、1日に服用する数が多い為か、薬が残っていると診察の際に話される方が多くいらっしゃいます。メトグルコは血糖値を下げる事に加え、このような付加価値もある薬なので、是非飲み忘れ等ないようにしてみてください。

当院では肺癌を探す目的以外に、心不全・慢性気管支炎・結核の再発などの評価を目的に**年に1度の胸部X線撮影**を行い、**放射線診断医によるチェック**を開院以来続けています。肺癌を早期発見出来、喜ばれることもあります。あとは血液中に増える物質（腫瘍マーカー）を測定することが診断に役立つ、肝臓癌、前立腺癌、膵臓癌等については腫瘍マーカーを適時検査を行っていますが、胃癌、大腸癌への内視鏡検査や、子宮癌・乳癌検診は行っていません。**癌家系の方には特に定期的な検診**をお勧めします。ドック等で癌を疑われた時にも「かかりつけ医」の立場からアドバイス出来ますので御相談下さい。

臨時休診のお知らせ

【ご予約は】電話 029-861-7571（24時間予約専用）
もしくは <http://www.doctorqube.com/kawai>

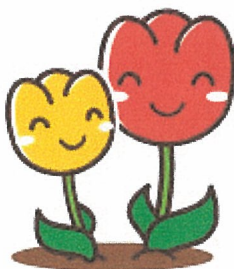
大変勝手ではございますが、**4/24(木)**及び**5/23(金)～5/25(土)**は、日本内分泌学会（博多）及び日本糖尿病学会（大阪）に参加するため、臨時休診とさせていただきます。それに伴い**4/23(水)、5/22(水)**は**臨時に診療**致しますので、ご了承下さい。尚、GWを含め、休診日の前後は大変混み合います。ご予約の上、来院頂けますよう重ねてお願い申し上げます。

予約日変更の際には、ご注意ください!!

服薬の有無に関わらず、定期的な検査による病状確認の実施が、合併症の発症・進行予防に繋がります。そのため医師の判断により次回の来院間隔は決まり、**予約できる期日を制限（処方日数+5日間まで）**させて頂いております。**制限日を過ぎると制限が一旦解除され、再度予約取得が可能**となります。尚、予約外での診療も受付けております。来院をご希望の場合には、お手数ですが**事前に受付スタッフ**までご相談下さい。

スタッフ便り

新スタッフ紹介



はじめまして、**看護師の野口真弓**と申します。長野県の出身で、ご縁があつてつくばへ移住して3年になります。1月より働かせていただいておりますので、採血室や心電図室でお目にかかった方もいらっしゃるかと思います。前職では主に、集中治療部門で研鑽を積んで参りました。一日も早く、皆様のお役に立てるように頑張つて参りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

医療事務の川裾由佳です。

研修生として窓口に立たせていただいてから約三か月が経ちました。4月から新社会人として川井クリニックに勤務させていただきます。まだまだ分からないことも多くてご迷惑をおかけいたしますが、日々努力し成長していきたいと思っております。そして、一日でも早く窓口での的確な応対できるよう頑張つて参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



4月1日から**管理栄養士**として勤務いたします**大井悠**です。出身は長野県で、今年の3月よりつくばで生活を始めました。クリニックでの勤務は初めてとなります。不慣れなことも多く皆様にご迷惑をおかけする事もあるかと存じますが、早く業務に慣れるよう努力して参りますので、よろしくお願いいたします。



4月1日に**管理栄養士**として入職しました、**岩武花織**です。今年の3月に大学を卒業しました。入職したばかりでご迷惑をおかけすることが多数あるとは存じますが、早く仕事を覚えてクリニックに貢献していけるよう頑張ります。毎日笑顔を忘れず、元気に働きます。これからよろしくお願いいたします。



検査室から

次回来院時の検査内容により、「**食事抜き（空腹採血）**」をお願いすることがあります。食事抜き（空腹）とは、**前回の食事から12時間以上食事をしていない状態**を指します。時折、「食事はしていないが牛乳は飲んだよ」「甘い缶コーヒーだけしか飲んでいないよ」等おっしゃる方がいますが、水分は水や白湯のみとして、ジュースや加糖のコーヒー等は控えて頂きますようお願い致します。（看護師・金澤絵美）

療養指導室より

当院では糖尿病の方に**半年に1度、日常生活で困ったことがないか、生活状況の確認**などを行っています。**時間は5分程度**で、診察から会計までの待ち時間を利用しております。また、糖尿病以外の方でも、食事や生活についてお困りのことがあれば、いつでも相談に応じますので、近くのスタッフに声をかけてください。（管理栄養士・高信愛）



4/1 から川井クリニックに勤務する事になりました**臨床検査技師の山崎小恵子**と申します。

以前、糖尿病専門クリニックに5年半勤めており、糖尿病療養指導士の資格も持っております。川井クリニックは大勢の患者様がいますので、日々圧倒されていますが、早く仕事を覚え、皆様のお役に立ちたいと思っています。どうぞ、よろしくお願いいたします。

受付スタッフより

平成24年第2号のクリニックニュースでもご案内致しましたが、当院では受付時に番号札を渡しております。番号は、患者さんが聞き間違えて検査室や診察室に入ってくることもあるので、**本人確認のために受付時に割り振っている**もので、**検査・診察の順番ではございません**。検査・診療は、従来どおり予約時間を優先してお声をかけますのでご了承ください。番号札をご利用いただけない場合には、入室の際、各部屋で氏名・生年月日の確認等をさせていただきます。これらの時間は検査や診療を遅らせる原因にもなります。以上の点をご理解頂き、番号札の着用にご協力頂けますようお願い申し上げます。

(医療事務・平林扶美枝)

歩道への駐車はお止め下さい

土曜日など当院へ来院される方が多い日は、当院の駐車場だけでは駐車に間に合わないことがよくあります。そのようなときに当院の近くの歩道に駐車される患者様がいらっしゃいますが、**歩道への駐車は駐車違反**となりますのでお気を付けください。

車に駐車違反のシールを貼られた場合は、警察署へ行き、駐車違反として**罰金**を科せられます。

ご迷惑をおかけいたしますが、歩道への駐車は止めて頂けますようお願い致します。

(医療事務・中山亜弥)

クリニック入口の道路改修時に、**駐車場拡張**を計画しております。それまで、ご迷惑をお掛け致しますが、宜しくお願い致します。(理事長・川井紘一)

看護師からのお願い

患者さんやご家族から、**お電話で問い合わせ**をいただくことがあります。医師は診療中のため、基本的には看護師がお話を伺うことになっておりますが、業務上すぐに対応できず、電話口でお待たせしてしまうことがあります。その時の状況やご用件の内容により、一旦切らせていただき、**再度かけ直していただくこと**や、こちらから改めてお電話をさせていただきますこともあります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。(看護師・今水流邦子)

桐の木会活動予定

平成25年度第2回調理実習

2月26日(水)に豊里交流センターにて調理実習を行いました。今回は「**乾物を使った食物繊維たっぷりメニュー**」をテーマに、高野豆腐のロール白菜・ずいきの胡麻酢煮、切干大根のアーリオオーリオ・手作り羊羹を作りました。どのメニューにも乾物が含まれており、**1食で12.4gの食物繊維(1日の目安量20~25g)**が摂れる献立となりました。乾物には鉄やカルシウムも豊富に含まれるものが多く、また長期保存も利くので災害時の備蓄食材としても向いています。今回は乾物を洋風に炒めたり、高野豆腐をすりおろしたりと目線を変えた調理法でしたが、参加された方から「美味しかった」と好評でした。

今後も身近な食材を使用したものや、皆様からのご意見を参考に献立を考えていきたいと思っております。

(管理栄養士・高信愛)



平成26年度総会開催の案内

5月11日(日)に、平成26年度桐の木会総会を行います。前年度の活動・会計報告の他、今年度の活動計画を検討します。今回は、「**中食・外食時に利用できる食事療法の工夫**」をテーマに院内で**バイキング形式の食事**をしながら管理栄養士からの個別アドバイスをさせていただきます。また、食事後にはクリニック周辺を**ウォーキング**、食事の前後・運動後には自己血糖測定器を利用した**血糖測定**も行います。皆様ふるってご参加ください。

総会を含め、桐の木会活動に興味を持たれた方は、受付スタッフに声をおかけ下さい。

(医療事務・野村淑江)