東北中央病院 情報誌
DREAMING
vol.95
発行／2018年12月1日

Heart of the Dreaming　私たちは「心温かい信頼の医療」を目指しています。

知っておきたい病気のはなし

身近にひそむ病気の話や覚えて役立つ医療の情報をお届けします。

糖尿病に良いきのこ?「し」、「め」、「じ」

～自覚症状なく進行する糖尿病腎症～

代謝・内分泌内科　岡村（おかむら）　將史（まさし）

はじめに

国民健康栄養調査によると、糖尿病が強く疑われる人と、糖尿病の可能性を否定できない人を合わせると2000万人以上いると推定されています。糖尿病に関する医療費は、１兆2152億円であり、これらには、糖尿病合併症（網膜症、腎症、神経障害、冠動脈疾患、脳血管疾患、閉塞性動脈硬化症、歯周病など）の医療費は含まれておらず、それらを含む糖尿病の医療費全体ではさらに多い金額になると推定されます。

一方、糖尿病専門医は、日本で約5000人程度であり、専門医だけで診断治療を行うと考えると、糖尿病専門医１名が約4400人を受け持つことになるため、事実上診療不可能であり、各種医療機関との連携は不可欠です。糖尿病データマネージメント研究会の解析結果によれば、全国の各種医療機関における糖尿病患者約55000人の平均のHbA1cは7.0%であり、糖尿病合併症（糖尿病腎症など）進展基準値である7.0%を超えた症例が約42.0%存在し、未だ、全国的には糖尿病患者の血糖コントロールは不良であると考えられています。

糖尿病腎症について

糖尿病腎症（「じんぞう」の「じ」）は、糖尿病網膜症（「め」）および糖尿病神経症（しんけいの「し」）とともに糖尿病３大合併症の一つです。糖尿病腎症は、1998年（平成９年）に透析導入原因の第１位となって以来、首位をキープし続けており、糖尿病患者の良好な予後や生活の質を損ねるばかりでなく、医療経済上も大きな問題となってきています。以上から、糖尿病腎症の発症・進展の病態の理解および病態に基づいた治療は重要であると考えられます。

25年前には、我が国において透析導入原因のわずか15%程度を占めていた糖尿病腎症が、食生活の欧米化や自動車産業の発達により糖尿病患者が急増することに従って、増加し続けています。1998年以降、新規透析導入患者の原疾患の第１位を占め、現在では、新規透析導入患者の実に40%以上の患者が糖尿病で透析導入となっています。糖尿病腎症が原因の新規透析患者は、年間1万5000人以上います。透析療法は、一人年間約500万円程度かかるため、毎年780億円程度の医療費が、糖尿病腎症の透析療法に使用されています。逆にこれらの結果か

ら、糖尿病腎症による透析導入を１人１年遅らせることが出来れば、780億円の医療費を削減することが出来るとも言えます。以上から、糖尿病腎症患者の透析予防指導を強化する取り組みは患者の生活の質および医療経済上極めて重要であると考えられます。

糖尿病腎症のスクリーニングは、尿アルブミン測定で行います。尿アルブミン測定は３ヶ月に１回、保険算定可能で２回以上で陽性（30 mg/gCre以上）であれば糖尿病腎症と診断できます。

糖尿病腎症の治療

糖尿病腎症の治療は、１）血圧の厳格なコントロール　２）血糖の厳格なコントロールがその治療の主体となります。現代社会においては、肥満を主体としたメタボリックシンドロームを背景としたインスリン抵抗性、続発する高血糖状態および脂肪細胞からのアルドステロン分泌刺激因子の分泌、ならびに高食塩食を背景とした高血圧状態により腎臓を含む諸臓器に酸化ストレス物質が発生します（図１）。特に腎臓内に発生したストレス物質は、レニンアンジオテンシン系を活性化し、糖尿病腎症、さらには高血圧・酸化ストレスを活性化させるという悪循環を形成させることが考えられています。

糖尿病患者においては、糖尿病と診断された時にはすでに糖尿病神経障害を合併する患者も多く、これらも血圧異常に寄与することが考えられています。また、糖尿病患者は食塩を体内にため込みやすい体質があることも明らかとなってきて

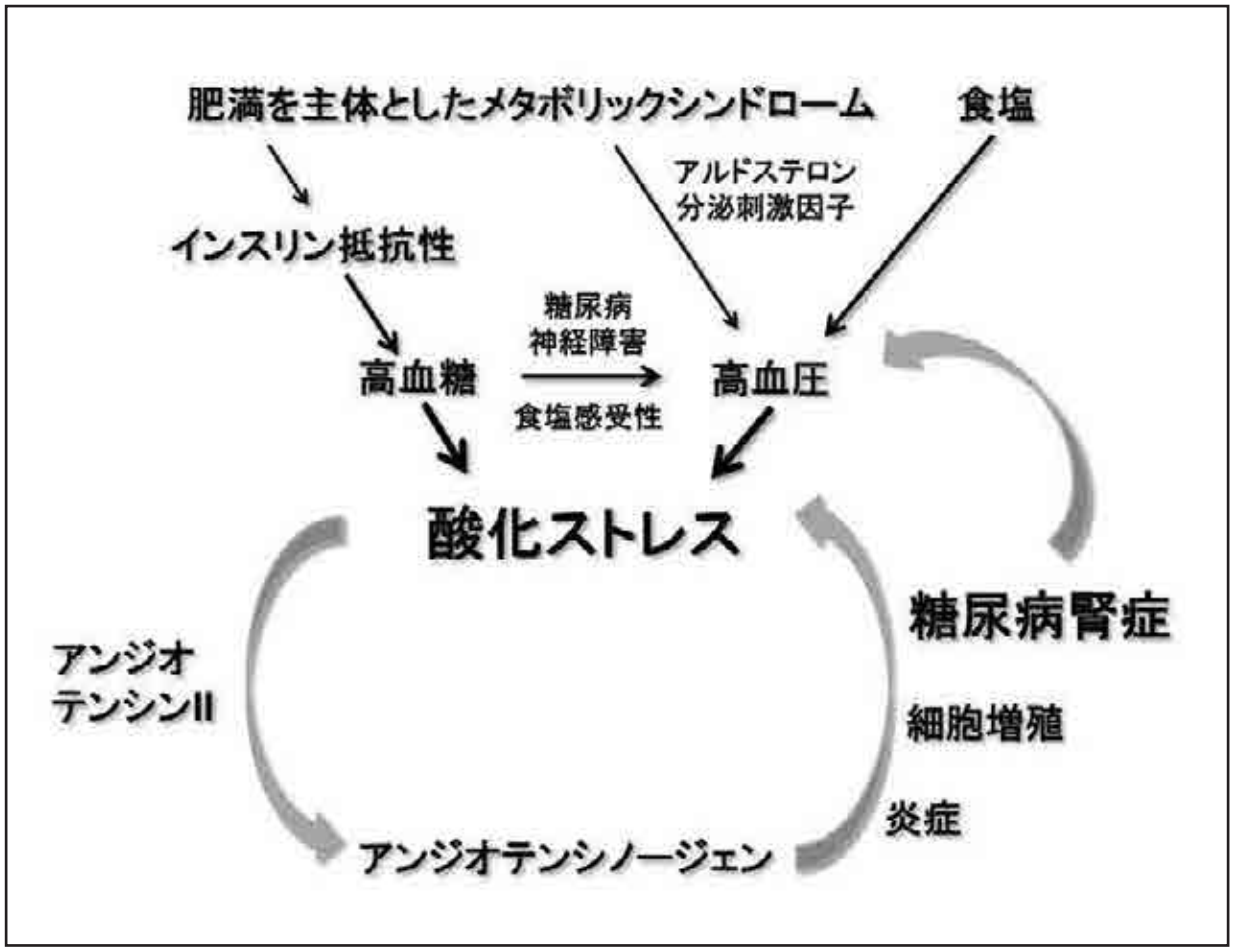


図１

います。以上から、糖尿病患者における減塩やアンジオテンシン受容体拮抗薬（ARB）およびアンジオテンシン変換酵素阻害剤（ACE阻害剤）などを用いた高血圧治療は、糖尿病腎症の進行を抑制するという側面を持っており、極めて重要であると考えられます。

図２

機器の進歩

次に厳格な血糖コントロールですが、最近では、血糖を連続して測定する機器の進歩がめざましいものがあります。CGM　goldを用いた持続血糖モニタリング（CGM）は、2010年４月から保険適応となっています（図２）。その後、iPro２という機種へと変更され、５分毎、１日288回、６日間連続測定が可能となっています（図３）。2016年12月からは自己血糖測定が必須ではないフリースタイルリブレプロが（図４）、さらに2017年9月よりリアルタイムに血糖変動を14日間、患者自身がモニター出来るフリースタイルリブレが保険適応となっています（図５）。

図３

図４

図５

フリースタイルリブレシステムは、15分毎、１日96回、14日間連続測定が可能であり、専用リーダーをセンサーに数秒かざすだけで血糖値を確認出来るためflash glucose monitoring （FGM）として区別されるようになってきています。CGMあるいはFGMを用いることで、低血糖、高血糖をコントロールしつつ、健常者と同様な変動が少ない血糖コントロールを行うことが求められるようになってきています。また、最近では、余剰な糖分を尿中に排泄するSGLT２阻害薬も多数販売され、糖尿病腎症患者におけるアルブミン尿の減少や腎機能維持に有効であることが相次いで報告されるようになってきました。当院では、CGMおよびFGMを中心に各種医療機関と連携を進めています。軽症な方は、一般医で診療して頂き、合併症が複数ある方や、血糖コントロールが不安定な方など重傷な方は、当院で外来あるいは入院加療で治療できるようになっています。

さいごに

糖尿病腎症の検査は、尿検査で行えるため体への負担も少ないです。糖尿病腎症は、自覚症状が少ない病気ですが進行すると取り返しがつきません。尿検査を定期的に行うことをお勧めします。また、気になる症状ありましたら、気軽に当科外来を受診してください。

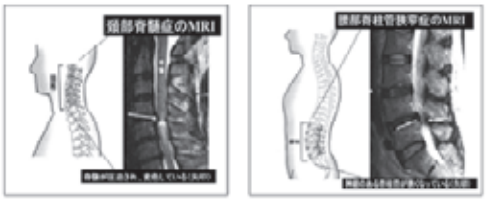
専門外来のご紹介

脊椎外来

脊椎で頻度の高い疾患（病気）に、

頸部椎間板ヘルニア・頸部脊髄症

腰部椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症　があります。



くび・腰・背中の痛み
手の痛み・しびれ・使いづらさ
あし（脚～足）の痛み・しびれ・歩行困難
といったものが代表的な症状です。

このような症状でお悩みの方は、是非ご相談ください。
脊椎疾患のほとんどは、正しい診断と治療で良くなります。

診療日 ： 月・木 曜日
（9：00～11：30、14：00～17：00）

☆ 当日受診も可能ですが、現状完全予約制ですので、新患の患者様はできる限り電話での予約をお取りください。

担当医師 ： 田中靖久（病院長）
【 日本整形外科学会 脊椎脊髄病認定医 】
【 日本脊椎脊髄病学会 脊椎脊髄外科指導医 】

お問合せ ： 整形外科外来・地域医療連携室（電話：023-623-5111）

★理念★ 「 心温かい 信頼の医療 」　公立学校共済組合東北中央病院

肝臓外来

肝臓は、我慢強く働き者です。
ご自分の肝臓のことを気にしてみませんか ？

肝臓は、栄養素の代謝や合成、アルコールなどの解毒をする『肝心かなめ』な臓器です。
また、自覚症状が現れにくく『沈黙の臓器』と言われており、不安がある場合にはお早めにご相談ください。そのことが肝臓病の予防や、早期発見に繋がります！

診療日 （※原則、予約制となります）

・毎週 火 曜日：14：00～15：30
・毎週木・金曜日： 9：00～12：00、14：00～15：00

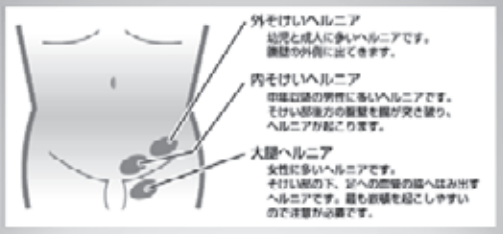
担当医師

・渡辺 久剛
日本肝臓学会指導医・専門医
日本消化器病学会指導医・専門医
日本消化器内視鏡学会指導医・専門医
日本がん治療認定医機構認定医
山形県難病指定医

詳細は、消化器・肝臓 内科外来へお尋ねください。

★理念★「 心温かい 信頼の医療 」公立学校共済組合東北中央病院

そけいヘルニア（脱腸）外来



そけいヘルニア（脱腸）は、手術で治ります！

当院では、「創の小さな最新の術式」を多数施行しています。

平均4泊5日の入院を目途に治療を行っています。

診療日 ： 毎週木曜日（10：30～11：30）
※原則予約制です

担当医師 ： **設樂 英樹**
【 日本外科学会専門医 】

詳細については、お気軽に外科外来へお問い合わせ下さい。
問い合わせ先 ： 023-623-5111

★理念★「 心温かい 信頼の医療 」　公立学校共済組合東北中央病院

生理痛外来

痛みを我慢せずに、まずは相談を！
女性医師が「体」と「心」の両面からケアします。

受付は、17 時まで行っておりますので、
どうぞお気軽に、外来までお越しください！

◆診療日◆

	月	火	水	木	金
午前	○	○	○		○
午後	○	○		○	○

◆担当医のご紹介◆

岡根 夏美 医師
・日本産婦人科学会専門医

◆問い合わせ先◆

☎023-623-5111 「中央処置室」まで

★理念★「 心温かい 信頼の医療 」公立学校共済組合東北中央病院

おじゃまします！

～メンタルヘルス相談室の１日～

メンタルヘルス相談では、公立学校共済組合の組合員、被扶養者、任意継続組合員の方を対象にカウンセリングを行っております。ストレスは「人生のスパイス」といわれるものの、長期間の過度なストレスは心身のバランスを崩し、いろいろな変調をきたしてきます。

最近、いつもとは違う「こころ」や「からだ」の変化に心当たりありませんか？
３名の臨床心理士とサポートする事務職員が力をあわせて、皆さまのこころが少しでも軽くなるようにお手伝いをいたします。

◆とある1日のスケジュール

8:30	・本日の相談者の確認 ・ストレスチェック実務作業
10:00	・メンタルヘルス相談の実施 （予約いただいた方を対象）
13:00	・メンタルヘルス相談の実施 （東北６県の人間ドックご利用者の方を対象）
16:00	・メンタルヘルス研修会の出張講座

メンタルヘルス相談の様子

メンタルヘルス研修会の一コマ

メンタルヘルス相談 では
ストレスケアに関するカウンセリングを
行っております。

対象：公立学校共済組合員とその被扶養者の方

（予約専用）0120-81-4898

申込受付：平日9時～17時まで
相談料：無料
＊本部規定による交通費が支給されます。
＊組合員証と印鑑をお持ちください。

カウンセラーには守秘義務があります。
カウンセリングで知りえた情報を本人の同意なくして他の誰かに伝えることはありませんので、安心してご利用ください。

～組合員の方を対象としたメンタルヘルスに関わる研修会の要請に応じます～

○ストレスチェック制度に関わる研修会
○セルフケア研修会・管理職研修会　など
★公立学校共済組合の各県支部を通じてお申込みいただくことで講師派遣が無料でご利用いただけます。
★上記以外のメニューでの研修会や会議等への要請についてはメンタルヘルス相談室までお問合せください。

内容に関する問合せ：023-623-5111（内線1811）

フレッシュ・ボイス
FRESH VOICE
病院にやってきたフレッシュさんの
フレッシュな声を伝えるコーナーです。

笑顔を心がけています。
憧れていた看護師として働き、充実した毎日です。

看護師
福司（ふくし） 朱理（あかり）

「看護師さんってかっこいいな、あの白衣着てみたいな。」という漠然とした憧れを幼いころから持っていました。中学生の時の職業体験学習で実際に患者さんと関わったことで、「私も看護師になって、誰かの役に立ちたい！」と思い看護師を目指しました。学生時代、ある病院のリハビリ室で看護助手のアルバイトをした経験があります。そこで、看護実習では学びきれないコミュニケーション方法やリハビリテーションの実際を見て、整形外科やリハビリテーション看護に興味を持ちました。そのことが、東北中央病院へ就職を決めたきっかけの一つとなりました。

平成30年４月の採用時より手術室に配属されています。手術を受ける患者さんの不安を少しでも和らげたい、安心して手術を受けてもらいたいと思い、スキルを磨く毎日です。

手術の入室の時に、患者さんに挨拶をすると、「採血室で、私の採血をしてくれた看護師さんだね。」と私のことを覚えていてくれました。また、「顔見知りの方がいて安心した。心強いわ。」との言葉をいただき、とても嬉しかったです。

今後は、自信を持って患者さんと向き合い、患者さんに安心感を提供できるよう知識と技術を磨いていきたいと思います。まだまだ慣れない事ばかりの毎日ですが、いつか先輩方のようなステキな手術室看護師になりたいです。

よくある質問! Q&A

このコーナーでは、日頃各部署に対するよくある質問を紹介しています。
病院のことや医療制度などを知っていただき、病院を利用する方にとって少しでも役立つ情報を提供したいと思います。
今回は、「放射線科」に関する質問にQ&A方式でご紹介します。

Q：CT検査とMRI検査は何が違うのですか？

A. どちらも“切らずに体の中を観察する”ことができますが、方式がまったく異なります。

CT検査は、X線を照射しながら体の周りを高速回転させることによりデータを取得して、写真を作成します。短時間で撮影できるため、じっとしていることが困難な方でも少ない負担で検査することができます。

それに対して、MRI検査は超電導の強力な磁石の中に体を置いて電波を照射し、体内から発せられる信号を受診して写真を作成します。X線被ばくはありませんが、検査時間は20分～30分と長めで、ペースメーカなどの金属が体内にある場合は検査できないことがあります。

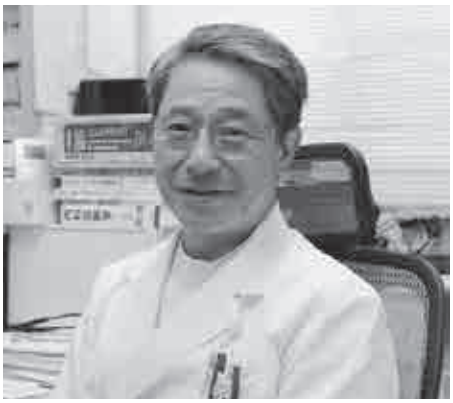
CT検査とMRI検査では作成される写真の見え方も異なりますので、被検者の状態や目的に応じて使い分けています。

◆当院の放射線科では、２名の放射線科医が常勤し、診療放射線技師、看護師、助手が一丸となって検査しております。検査について気になることがありましたら、お気軽にお問い合わせください。

Dreaming

クリニック探訪(29) 医療法人社団　大道寺内科医院

この連載では、地域医療連携でお世話になっている施設が、どんな医療を展開しておられるのか、お話を伺っています。



プロフィール
☆院　長　**大道寺（だいどうじ）　七兵衛（しちべえ）** 先生

【内科、循環器内科】

☆いつ開業　昭和58年１月11日

☆スタッフ　大道寺院長、看護師4名
看護助手1名、事務3名

☆診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝祭日
9:00～12:30	○	○	○	×	○	○	×
14:30～18:00	○	○	○	×	○	×	×

〒990-2483
山形市上町3丁目11番4号
℡023-644-7555

Q：開業のきっかけ

A：　特に大義名分のようなものはありません。チーム医療、連携医療は、勿論近年ますますその重要性を増しておりますが、その基本には、たまたま医師と患者という一対一の人間の出会いと、ぶつかり、共感、理解、信頼があると思います。例え何かの勘違いであっても、私に診てもらいたいと思って来てくれた患者さんを診ることができたら嬉しいだろうな、という気持ちもきっかけの一因かもしれません。

Q：日々のクリニックの様子

A：　診療科目が循環器内科なので、血圧、心臓血管系の患者さんが多く来院されます。時に、急に重症化した方や、緊急を要する場合もあり、年に10回以上は救急車を要請していると思います。ただ、循環器疾患の特徴の一つとして、長期にわたるフォローが必要です。その間には、種々の合併症や併存疾患が出現するのが言わば常ですので、専門という立場を離れた視点を併置しておく必要性をいつも感じております。心エコーや血管エコーは勿論ですが、腹部エコー、上部消化管内視鏡検査も開業以来続けております。

Q：クリニックの特徴・こだわり

A：　前述しましたように、自分の診療範囲を見極めながら、できるだけ総合的な内科診療を心がけております。言うは易く行うは難しですが、理念のない所に樹は育たないようにも思います。患者さんは医師の都合に合わせて病気になってくれるわけでは決してありません。それに対応するためにも、自身の研鑽はもとより、病診連携をはじめ、診診連携も含めた多職種連携の中で、開業医という個人の限界を少しでも解消していくことが重要だと思っております。

Q：東北中央病院に対する要望

A：　整形外科や放射線科でのCT、MRI撮影で御世話になっていることが多いですが、各科とも診ていただいており、ありがとうございます。特に教職員関係の患者さんは、紹介の際に東北中央病院を御指名されることが多いと感じます。いつも御丁寧な情報提供書をいただき感謝致しております。今後とも何卒宜しくお願い申し上げます。

数字でみる東北中央病院

このコーナーでは、「数字」を通して東北中央病院を紹介しています。

1.0

今回の数字は「1.0」。この数値は、肝臓の硬さ（進行度）を血液検査で簡便に判定できる新しいマーカー：M2BPGiの正常値で、当院では平成30年7月から院内測定を開始しました。正常な肝臓の硬さはおよそ0.5～1.0とされ、2.8以上の場合はすでに肝硬変に至っているとされています。

肝臓病は進行すると肝がんになることが知られていますが、症状がないことも多く、病状の把握に血液検査や画像検査が特に有用です。M2BPGi値の測定は採血で行うため簡便で、かつ実際の肝組織所見とほぼ同等の結果が得られることが確認されています。

M2BPGi値が「1.0」以上の陽性者の場合は、症状がなくともすでに肝臓に硬さが生じている可能性が示唆されますので、速やかに専門医による精密検査が望ましいと考えます。当院では患者さんや開業医の先生方に広くこの血液検査を利用してもらえるよう、受診当日に結果が報告できる体制を整えております。他にも、エコー画像で肝臓の硬さを瞬時に把握できるエラストグラフィーも揃えており、M2BPGiマーカーと併せて検査することで、肝臓病の進行をより的確に評価することが可能です。是非ご利用ください。

Photo Sketch 東北中央病院/歳時アルバム

ふれあいコンサート

１１月１日に山形大学地域教育文化学部学生と山形北高音楽科の生徒さんによる「ふれあいコンサート」が開催されました。このコンサートは、山形大学地域教育文化学部音楽科と山形北高音楽科の高大連携事業となっております。

当日は、サックス二重奏やトロンボーン独奏、合唱などにより、「見上げてごらん夜の星を」「ハナミズキ」などの曲を披露していただき、入院している方や職員も貴重な時間を過ごすことができました。

病院NOW!

～病院のいちばんHOTな情報をお届けします～

糖尿病教室

当院では、平成30年８月より、患者さんやご家族の方、糖尿病について詳しく知りたい方のために糖尿病教室を開催しております。

医師、看護師、薬剤師、管理栄養士などの専門スタッフが糖尿病についてわかりやすく説明いたします。

毎回希望者に対して無料で血糖測定を実施しており、結果について医師や看護師に相談することもできます。

事前の申し込み不要、参加費無料で、当院に通院されていない方でも、どなたでも参加いただけますのでお気軽にご参加ください。次回の日程や詳細は、病院のホームページで、ご確認いただけます。

参加者の声

- 血糖測定をしてみて、糖尿病の疑いがあることを早期発見できてよかった。
- 規則正しい生活、食事、運動を続けてみて、それでも変だと思ったら、すぐに病院に来たい。
- 糖尿病患者であって、ある程度理解しているが、食事療法等を極力実施したいと思う。

編集後記

無事に今年度2回目のDREAMING発行でき、関係各位に感謝します。12月は、イベント盛り沢山であっという間の1ヵ月になりそうです。そして、平成最後の年越しとなります。皆さんにとっても、今年1年は平成最後の○○が多くあったことでしょう。

公立学校共済組合 東北中央病院
〒990-8510 山形市和合町 3-2-5
TEL 023-623-5111 FAX 023-622-1494
www.tohoku-ctr-hsp.com
E-mail:jimu@tohoku-ctr-hsp.com

■発行責任者／田中靖久 ■編集／広報委員会

東北中央病院ホームページへ GO!
ご利用の携帯端末によっては、アクセスできない場合があります。