



青山病院 『ふれあいニュース』

2024 . 6

6月号

膠原病とは？

2024年4月より大阪公立大学膠原病・リウマチ内科より非常勤医師として診療をさせて頂くことになった藤澤雄平と申します。どうぞよろしくお願いたします。「膠原病」とは、自分の免疫がなにかしらの理由によって自分の臓器等に障害を及ぼしてしまう（自己免疫）疾患です。特に関節を中心に障害を及ぼす最も頻度が多い疾患が関節リウマチです。関節リウマチは日本全国で約80～100万人いるといわれています。女性に多く（男女比は1対4）、好発年齢は30～60歳代ですが、最近が高齢発症の方が多いです。関節リウマチはひと昔前にはステロイドしか治療方法がなく、いくら治療をしても関節の破壊の進行をなかなか抑えることができませんでした。しかし2003年より生物学的製剤といった画期的な薬剤が関節リウマチに対して使用できることにより、関節破壊の進行を劇的に抑制することに成功しております。それから20年近く、類似の薬剤は8種類使用することができ、またほぼ同等の効果のある内服薬（JAK阻害薬）は5種類が保険適応となっております。早期発見・早期治療が関節リウマチの診療が重要ですので、「関節痛」で困ったことがあればいつでもご相談して頂ければ幸いです。今後ともどうぞよろしくお願申し上げます。

関節リウマチの症状は様々ですが、以下は一般的なものです。

- ① 朝のこわばり..
朝起きてから関節がこわばることが多く、その後徐々に改善することがあります。
- ② 関節の腫れ..
関節が腫れて痛むことがあります。
- ③ 関節の熱感..
炎症がある場合、関節が温かく感じる場合があります。
- ④ 疲労感..
関節リウマチは体力を消耗することがあり、疲れやすくなる場合があります。
- ⑤ 関節の変形..
長期間放置されると、関節の変形が進行することがあります。

早期の診断と適切な治療が重要ですので、気になる方は当院の膠原病・リウマチ内科を受診してくださいね。

文責 藤澤雄平

膠原病・リウマチ内科のご案内

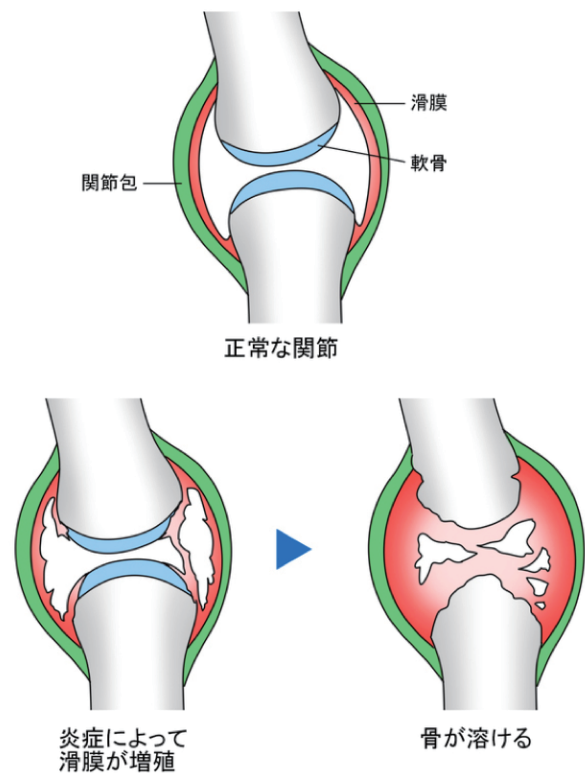
毎週水曜日 午後診

受付時間 13:30 ～ 15:30

診察時間 14:00 ～ 16:00

基本、予約制ではありますが、診察受付は可能です。

リウマチは、骨がとける病気です。



©MedicalNote, Inc.



医療法人ラポール会 青山病院

糖尿病

「一病息災でいつまでも元気に」

私は、2024年4月に青山病院糖尿病・循環器内科に赴任しました内本定彦です。私の専門は、糖尿病・循環器で、特に糖尿病を中心に診療しています。どうぞよろしく願います。

糖尿病は、全世界で益々増えており、昨年時点で5億2900万人いると言われ、今後30年で2倍に増えることが予測されています。一方本邦では、糖尿病患者さんとその予備軍を合わせると、約2000万人いると推定され、日本人の6人に1人が糖尿病かその予備軍と言われています。糖尿病の歴史を辿ると、今ちょうど大河ドラマでやってる「光る君へ」に出てくる平安時代の藤原道長が、日本人糖尿病第一号と言われています。もともと日本人は糖尿病になりやすい体質を持っていると言われていますが、第二次世界大戦前は和食中心の生活であったおかげで糖尿病患者さんはさほど多くはありませんでした。しかし戦後肉食をはじめとする洋食が増えたことや交通機関の発達で運動が減ったことで、わが国でも糖尿病患者さんがどんどん増えてきたと言われています。

さて、糖尿病とはどんな病気でしょうか？糖尿病は、膵臓にあるβ細胞というところから分泌されるインスリンというホルモンの量が減ること、ないしはその作用不全と言われています。インスリンは血液中の糖（血糖）を下げるホルモンです。糖は、車でいうところのガソリンに相当しますので、血糖は人が生きていく上で大変重要です

しかし糖尿病になりますと、血糖を下げることができず、慢性的に高血糖の状態が続きます。糖尿病には、1型と2型、その他のタイプがありますが、日本人の糖尿病は、2型が圧倒的に多いと言われています。次に糖尿病で何が困るかと言いますと、血糖値が高い状態が長く続くことで起こってくる合併症です。頭のてっぺんから足の先まで、様々な合併症があります。脳梗塞や目の網膜症による視力低下、心筋梗塞や腎臓病による透析導入、末梢動脈疾患による下肢切断や神経障害による足のしびれ、その他感染症にかかりやすいことや認知症になりやすいことまで合併症は多岐にわたり、いずれも生活上不便になる合併症がいろいろあります。ですので、糖尿病の治療の目標は、これらの合併症を防ぐことです。そのためには、どうしたらいいのでしょうか？そもそも糖尿病は治らないのでしょうか？先ほどお話ししました膵臓にあるβ細胞は、トカゲの尻尾のように再生しませんので、基本的には糖尿病が治るということはありません。ですので、糖尿病の治療は、血糖値の状態を良くすること、合併症を防ぐことです。血糖値は食べ物を食べると上がりま

すので、まずは適切な食事を心がけることです。

次に運動により血糖値は下がりますので、適度の運動をすることが大切です。それでも十分血糖値が下がらない時に、はじめてお薬を使います。今はいろいろなお薬がありますので、その方に合ったお薬を選択します。

糖尿病内科のご案内

火曜日・金曜日・土曜日 午前診

受付時間 08:30～11:30

診察時間 09:00～12:00

月曜日・火曜日・金曜日 午後診

受付時間 13:30～15:30

診察時間 14:00～16:00

※循環器内科も同時間で
診察しております。

こうして血糖値をより良い状態に維持することで、かなり合併症が防げるようになります。また加齢とともに高血圧やコレステロールの異常を伴ってきますので、合わせて治療します。こうすることで、糖尿病のない方と変わらない人生を送っていただくことが、糖尿病治療の最終目標です。

我が国は、世界でも例を見ない高齢化社会が進んでいます。加齢に伴いいろいろな病気ができます。かつては無病息災と言って、何も病気がなく元気がいいとされていましたが、高齢化が進むとなかなかそうはいきません。むしろ一病息災、何か一つ病気を持っているけれど、うまくその病気とつきあうことで、他の病気を予防し、いつまでも自分の足で歩いて、自分のことは自分でできる、そんな人生を送っていただけると幸いです。

文責 内本定彦

糖尿病の合併症

急性合併症 (高血糖による症状)

口渇・多飲



糖尿病性昏睡



慢性合併症

細小血管合併症

網膜症

腎症

神経障害

大血管合併症

脳血管障害

虚血性
心疾患

閉塞性
動脈硬化症

その他

感染症

皮膚病変

足病変

認知症