

糖尿病専門医に聞く



H28年 新病院完成予想図

富山ろうさい病院糖尿病・内分泌科部長

むらかみ し ほう
村上史峰

糖尿病治療の基本は？ ～糖尿病教育入院、糖尿病教室のご案内～

最近糖尿病と診断される人が増えています。最近の統計ではメタボ健診の普及によって糖尿病予備軍（境界型糖尿病）は減っていますが、糖尿病患者さんは950万人に増えています。

糖尿病は自覚症状がほとんどありません。強いて言えば、のどの渇き、頻尿、体のだるさ、体重減少、という症状で、気がつかないまま進行します。最近では健診、人間ドックで診断される事が多くあります。糖尿病と診断されても、狐につままれた様な気分で、患者さん自身、どう判断したら良いか悩ましいですね。糖尿病と診断された時には、様々な疑問が思い浮かぶでしょう。

自分が今どれくらい悪い糖尿病なのか、自分の場合何に気をつけなくてはいけないのか？という疑問。

これに答えるには外来での検査が必要です。きちんと検査を受けていただくことにより、糖尿病の原因となった内臓がん（腎がん、膵がん、肝がん、胆管がん）を早期に発見することができます。また、「生活習慣の乱れが原因」と言われていた方で、詳しく調べると内分泌（脳下垂体、副腎）の病気と判明した方もいらっしゃいます。また高脂血症（脂質異常症）や高血圧などの合併を含め、どう言った病気に気がつけたら良いかを調べることができます。

「血糖の高い低い」も確かに大事ですが、何より糖尿病がどんな病気か？、糖尿病の合併症は何があるのか？、どんな治療方法や予防方法があるのか？、治療をしっかりとしないと今後どうなっていくのか？、食事療法は？運動療法は？など、いろんな疑問が出てくるでしょう。

糖尿病と診断された方に知って頂きたい内容は、結構多いのですが、診察時の短時間に説明されても、覚えにくくなかなか頭に入りにくいものです。正しく理解していくにはある程度の時間が必要です。

糖尿病教育入院、糖尿病教室に参加をお勧めします。糖尿病教育入院では、糖尿病の基本知識を最初から勉強が出来ます。更に糖尿病の食事療法を実践的に体験し、希望する方には実際の運動療法を試してもらえます。糖尿病教育入院、糖尿病教室に参加をいただいた方からは、「興味を持って学ぶことができ理解しやすかった」、「わかりやすく基本をしっかり教えてもらい安心した」などの意見をいただいています。

車の運転免許に例えてみましょう。交通信号や標識が何を意味しているか判らなくても、車の操作が分かれば減茶苦茶な運転は出来るでしょう。でも、交通事故を起こしかねません。糖尿病でも、色々な検査の意味や何に気がつけたら良いのかなどの基本を知らないとどうなるでしょう？基本を知って安全な運転をするように、一度は必ず糖尿病教育入院を受けて頂くのが好ましく、また運転免許更新時講習のように、時々、糖尿病教室に参加して、糖尿病の新しい情報に触れる事は意義深いことです。

糖尿病と診断された方は、糖尿病教育入院、糖尿病教室についてお気軽にご相談ください。

<健康診断部の結果、「精密検査必要」と言われた方の受診予約（電話等）を受けています。>
待ち時間が少なく、スムーズに受診を受けられます。特にお仕事をされている方、多忙な方はどうぞ地域医療連携室（下記）にご連絡ください。

直通 0765・22-1354（平日9：00～16：00）

富山労災病院では、緊急に受診を希望される方の受付を行っています。

症状を自覚した時、夜間・休日の救急外来の時間まで待たずに来院してください。

事前に電話されるとスムーズに診療できます。

電話 0765-22-1280（病院代表）