

月刊 まつなみ

発行2010年2月1日



白川郷 岐阜市岩地 岩田 鍾雄 撮影



2010

No.124

2

February

●発行●



松波総合病院

羽島郡笠松町田代185の1
TEL.058-388-0111(代)

社会医療法人 蘇西厚生会

理念

私たちは、地域中核の社会医療法人として地域住民の皆様に、安全で質の高い医療・福祉を効率的かつ継続的に提供する。

基本方針

私たちは、医療における安全を重視し、患者様中心の根拠に基づいた医療・福祉サービスを提供します。

私たちは、患者様や利用者様のプライバシーを守り、権利を尊重します。

私たちは、経営の安定と組織の活性化を図り、職員の働きがいと生活が安定し向上するよう努力します。

目次

- 境界型糖尿病、高インスリン血症でも油断は禁物
- 義歯と転倒の関係
当病院職員 第51回羽島郡駅伝大会で入賞
奨学金制度のご案内
- 伊勢神宮
野村克也さん語録より
お知らせ

境界型糖尿病、高インスリン血症でも油断は禁物



まつなみ健康増進クリニック
クリニック長 村井 敏博

「健康診断で境界型糖尿病と言われたが、境界型は糖尿病予備軍で病気ではないから、そんなに心配することはない」と思っている人が多くみえます。確かに、境界型糖尿病は糖尿病に特異的な合併症は稀にしか起こりませんが、狭心症や心筋梗塞、そして脳梗塞などの動脈硬化性疾患は、境界型糖尿病の段階でも多く発症することが知られています。また境界型は放っておけば、やがて糖尿病域の方へ徐々に悪化していきます。糖尿病と診断されてからでは遅いのです。境界型と診断されたら、少なくとも今までのような曖昧な生活習慣改善にとどまらず、しっかりした食事療法、運動療法が必要になります。特に食後過血糖状態の境界型糖尿病の人は注意が必要で、治療の面からも、糖尿病と同じように考えないといけません。

さてその診断方法ですが、検診などで簡単に検査できるのが血糖、HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）です。HbA1cとはブドウ糖と結びついたヘモグロビン（血色素）で、現時点より過去1～1.5ヶ月間の平均血糖値を反映しています。人間ドック学会では以下のような判定区分をしています。

HbA1c判定区分の値による

情報提供 (異常なし)	動機付け支援 (軽度異常)	積極的支援 (1) (要経過観察・生活改善)	積極的支援 (2) (要経過観察・生活改善)	受診勧奨 (要治療・要精検)
~5.1%	5.2~5.4%	5.5~6.0%	6.1~6.4%	6.5~%

積極的支援 (1) - 最初の健診より6ヶ月を超えて数値が改善しない場合は受診勧奨とする。

積極的支援 (2) - 最初の健診より3ヶ月を超えて数値が改善しない場合は受診勧奨とする。

(日本人間ドック学会)

このHbA1cの値で大まかな分類をすると、HbA1c5.5~6.0%が境界型糖尿病、HbA1c6.1~6.4%が糖尿病となります。しかし、実祭には75gGTT（ブドウ糖負荷テスト）をすると、HbA1c5.2~5.4%段階ですでに異常が見られてきます。血糖の反応は正常でも、インスリンの値が異常高値となっている人が多く見られます。実は境界型糖尿病と同じく高インスリン血症でも動脈硬化がすでに進展していて、狭心症や心筋梗塞、そして脳梗塞などの心血管系疾患を引き起こします。若くて元気な方が突然ゴルフ場でバツタリ倒れ、そのまま息を引き取るような方が、こうした高インスリン血症の方にみられます。

高インスリン血症は血中の中性脂肪を増加し、血中Naの貯留から高血圧を増悪し、血管内皮細胞を増殖させ、動脈硬化をさらに進展させます。これがいわゆるメタボリック症候群です。

さてこうした境界型糖尿病、高インスリン血症のような動脈硬化を起こしやすい人に朗報です。H22年3月に当院に**320列CT**が導入されます。今まで心臓カテーテル検査をしないとわからなかった、冠動脈病変の早期発見が可能になります。一回転（0.35秒~0.5秒）で心臓や脳の上端から下端まで撮影可能で、心臓のような動く臓器の場合でも、従来装置の複数回転での撮影では避ける事ができなかった、スライス間で冠動脈のズレが生じる可能性はありません。さらに検査による放射線被爆を大幅に減らし、撮影時間も短縮できるため、造影剤の容量も少なくできます。こうした新技術により、早期発見早期治療が可能になり、みなさんの健康に貢献できます。

義歯と転倒の関係

(社)日本看護協会認定
摂食・嚥下障害看護認定看護師
森田 しおり



特に“臼歯”がない



飲み込む瞬間の顎の位置が不安定



顎の下側にある飲み込みに
使う筋肉の動きを弱める



飲み込みにくくなる

えっ〜!?
そうだったの?



私たちは、普段食べ物を飲み込む瞬間には、無意識に臼歯を噛み合わせています。（口を開けたまま食べ物を食べることは健康な人でも難しいことです）病気になって飲み込む力が弱くなった時に、合わない義歯使用や普段使用している義歯を入れないで食事をすると、噛み合わせるべき歯がないため、顎の位置が不安定になり、飲み込みにくくなります。義歯がある場合は、きちんと装着することで、誤嚥のリスクが減ります。

また、噛み合わせる力が不十分になると、体がよるめくなど、歩行に影響し転倒の可能性を助長することが報告されています。義歯を装着し咀嚼機能を維持することは健全な食生活を送ることにつながり、栄養の摂取だけでなくQOL（生活の質）の向上にもつながります。

当病院職員 第51回羽島郡駅伝大会で入賞!



一般女子: 3位 杉江リハビリ教室チーム
一般男子: 5位 松波リハビリチーム 区間賞 3区 榎橋秀和
5区 高崎崇
10位 豊榮監督チーム

駅伝競技：一人一人の個人の限界に挑戦する競技、一人一人の魂をタスキに託して走る。そこに新しい力を発見し皆が全力を出し切ったとき和のチームワークが出来あがる。

奨学金制度のご案内

当院では、看護師・助産師・保健師養成学校に入学を予定される方、在学中の方で卒業後に当院で働くことを希望される方を対象に、奨学金制度を設けております。この制度を利用し、自分の看護師になるという夢をかなえてみませんか！

また、お知り合いの方で奨学金制度の利用をご希望の方がおみえになりましたら、是非ご紹介ください。

☆尚詳細についてはお気軽に下記までお問い合わせください。

(058)388-0111(代) 人事部 林



伊勢神宮

伊勢神宮の参道口、五十鈴川に架かる宇治橋は、参宮者を神域へといざなうシンボル。この宇治橋を渡る参拝者は年500万人、20年間で1億人。「長さは102メートル。釘は一本も使われていない」20年に一度、平成25年（2013）の式年遷宮を前に、昨年宇治橋が架け替えられた。

伊勢神宮には、太陽を神格化した天照大御神（あまてらすおおみのかみ）を祀る皇大神宮（こうたいじんぐう）と、衣食住の守り神である豊受大御神（とようけおおみのかみ）を祀る豊受大神宮（とようけだいじんぐう）の二つの御正宮が存在し、通常は、皇大神宮を内宮（ないぐう）と呼び、豊受神宮を外宮（げぐう）と呼ぶ。

また、内宮と外宮は離れた場所にある

為、観光客の場合は時間の都合上、内宮だけを参拝して岐路に就くことも少なくないが、本来は先ず外宮を訪ねてから、内宮に参拝するのが正しい方法とされている。近世江戸時代を除いて、古代から政治的権威と結び付くことが多かった。広くは、別宮（べつぐう）、摂社（せっしゃ）、末社（まっしゃ）、所官社（しょかんしゃ）を含めた、一連の社宮を神宮と総称するそうです。



架け替えられた宇治橋。20年ごとの遷宮で、技術や地域のつながりが引き継がれていく。=伊勢神宮内宮で

野村克也さん語録より

目配り、気配り、思いやり。プロ野球のキャッチャーにはこの心構えが欠かせない・・・野村さんの言葉。ピッチャーの気持ちをくみ、内野外野にまんべんなく目を注ぎ、チームを盛り立てていく役目。



☆これは、ひとの上に立つ人の心構えでもあると思われま。

2月

お知らせ

■糖尿病教室 ※糖尿病が気になる方はどなたでも気軽にご参加ください。

◎毎週水、金曜日、5階病棟ダイールームにて 午後1時～2時

尚、都合により日時等変更する場合がございますのでご了承ください。

交通のご案内

新幹線羽島駅 — 西笠松 — 松波総合病院

名鉄竹鼻線15分 徒歩10分

タクシー20分

名鉄岐阜駅 — 西笠松 — 松波総合病院

名鉄電車羽島行10分 徒歩10分

タクシー20分

名鉄名古屋駅 — 笠松 — 松波総合病院

名鉄電車急行25分 徒歩15分

