

特集

糖尿病の薬物治療について



Model： 左から小松さん(管理栄養士)・小野さん(看護師)・栢野さん(管理栄養士)

当院には、現在10名のCDEJ(日本糖尿病療養指導士)がおります。CDEJは、糖尿病治療にもっとも大切な自己管理(療養)を患者さんに指導・支援する医療スタッフのことで、皆さんにより充実した糖尿病の療養指導をおこないます。写真に掲載されていませんが、看護師の林さんも5月にCDEJの資格を取得しております。

キラリ☆元気さん

診療技術部 栄養課 管理栄養士
小松 千紘

そこが知りたい

岡山旭東病院・地域ふれあいフェスティバルを
開催します

知っ得情報

初めてでも安心!手ぶらで楽しむ園芸

- 経営理念
- 一、安心して、生命をゆだねられる病院
 - 一、快適な、人間味のある温かい医療と療養環境を備えた病院
 - 一、他の医療機関・福祉施設と共に良い医療を支える病院
 - 一、職員ひとりひとりが幸せで、やりがいのある病院

ライフサブリ

ノロウイルス

きょうとう連携のわ

かとう内科並木通り診療所

キョクトウニュース

新しい医師の紹介
糖尿病教室を開催中
CDEJの資格を取得しました

特集「糖尿病の薬物治療について」

糖尿病とは「何らかの原因によって高血糖※になり、慢性的な高血糖のために各種合併症が発症してくる疾患」です。

「糖尿病」という名前は、尿に甘い糖が出ることに由来しています。これは血糖値が高すぎると、血液中の糖が腎臓から尿中に排泄されるためです。

糖尿病は大きく分けて1型糖尿病と2型糖尿病に分けられます。1型は何らかの原因で、すい臓のインスリン※産生工場が破壊されていき、インスリンが全く作られなくなり、血糖値がとて高くなります(図①)。2型は遺伝、加齢、生活習慣の乱れ(過食、肥満、運動不足、ストレス)などで、すい臓が徐々に弱り、インスリンの産生量が低下したり、インスリンの効きが悪くなってきて、血糖値が上昇します(図②)。

※血糖:血液中のブドウ糖(グルコース)濃度

※インスリン:すい臓で産生される血糖値を下げるホルモン



糖尿病教室のご案内

各専門職が糖尿病の治療、薬、検査や、生活習慣を改善する食事や運動についてお話しします。

＼ 参加無料で、どなたでも参加可能です /

教室の詳細な講演内容は裏表紙に掲載しています。
お申込みの上ご参加ください。

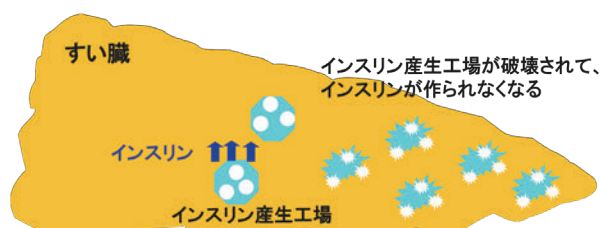
日時:9/11(木)・25(木)・10/9(木)・23(木)・11/13(木)・27(木)
13:00～14:00

会場:院内2階 会議室「ひるがお」

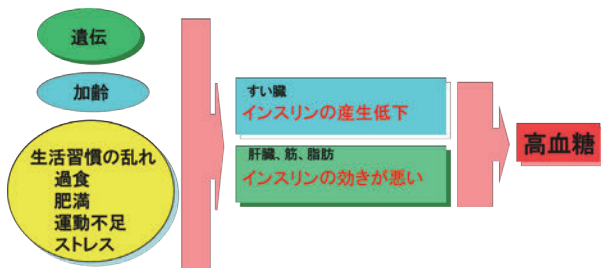
3カ月1クールとし、同じ内容を年に3回開催します。

どう違うの？ 1型糖尿病と2型糖尿病

図① 1型糖尿病



図② 2型糖尿病



糖尿病の治療

1型では、インスリンが全く作られなくなるので、治療はインスリン療法しかありません。食事ごとに、すぐに効くインスリンを3回と、24時間持続するインスリンを1回の計1日4回注射するのが一般的です。最近は、24時間インスリンを注入する「インスリンポンプ療法」も増えています。

2型では、遺伝や加齢といった要因はどうしようもないので、まずは乱れた生活習慣を改善します。食事の見直し、運動不足の解消、肥満の改善などに取り組みます。それでも血糖値が改善しない場合は薬物療法をおこないます。インスリンの産生が低下している人には、インスリンの分泌を促す薬を、インスリンの効が悪い人には、効きをよくなる薬を使用します。2型であっても、長年の経過でインスリン分泌が著しく低下した場合には、インスリン療法が必要になってきます。

インスリンの分泌を促す薬



● SU薬 (スルホニル尿素薬)

効果は強く長い。低血糖に注意が必要。

グリメピリド、グリミクロン®など

● 速効型インスリン分泌促進薬 (グリニド薬)

効果時間は短い。低血糖は比較的少ない。特に夜間の低血糖は稀。**食直前**に服用。レパグリニドなど

● インクレチン関連薬

高血糖の時だけインスリンを出し低い時は出さないで、単独では低血糖は稀。一部の薬には体重減少効果あり。

DPP4阻害薬

飲み薬:トラゼンタ®, ジャヌビア® (グラクティブ®)、エクア®, エクメット® (エクア®+メホルミンの合剤) など

GLP-1受容体作動薬

週1回の注射薬:トルリシティ®, オゼンピック®
飲み薬:リベルサス®

GIP/GLP-1受容体作動薬

週1回の注射薬:マンジャロ®

● ツイミーグ®

インスリンの効きをよくする効果もあり。

その他の飲み薬

● αグルコシダーゼ阻害薬

腸からの糖質の吸収を遅らせて、食後の急激な血糖上昇を抑制する薬。**食直前**に服用。ミグリトール、ボグリボースなど

● SGLT2阻害薬

尿中へブドウ糖を捨てることによって血糖を下げる薬。この薬だけの使用での低血糖は稀。体重減少、腎症進展の抑制、心不全に対しても効果あり。

フォシーガ®, ジャディアンス®,
トラディアンス® (ジャディアンス®とトラゼンタ®の合剤) など。

インスリンの効きをよくする飲み薬

メホルミン (メグルコ®)、ピオグリタゾン

よく使用されているインスリン製剤



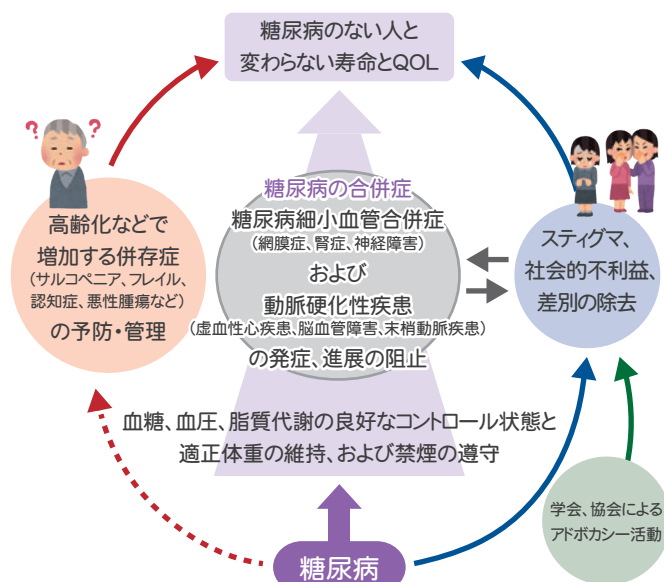
すぐに効く。効果時間は短い。**食直前**注射。

リスプロ (ヒューマログ®, ルムジェブ®),
アスパルト (ノボラピッド®, フィアスプ®)

1日中効く。1日1回注射。

グラルギン (ランタス®), デグルデク (トリーバ®), ランタスXR®

糖尿病治療の目標



日本糖尿病学会 編・著 糖尿病治療ガイド2024 文光堂 一部改変

まとめ

糖尿病治療の最終目標は、寝たきりなどでなく自力で日常生活を送りながら、糖尿病のない人と変わらない寿命を全うすることです。そのためには各種合併症や併存症を起こさない、進展させないよう血糖だけでなく、脂質、血圧の治療、体重コントロール、禁煙に努める必要があります。

幼少期は親の愛情を受けて育ち、青春期は友人と学び・遊び、結婚後は新しい家族と共に生きる。家族の誰かが糖尿病になれば家族皆で協力して、医療スタッフの支援と共に一病息災の人生を送りましょう。

食事制限と考えず「足るを知る」、季節の移ろいの中で歩ける喜びを感じる、2型糖尿病治療の基本です。

当院では定期的に糖尿病教室を開催していますので、興味のある方は奮ってご参加ください。

文責:内科 松岡 孝



診療技術部
栄養課 管理栄養士

こまつ ちひろ
小松 千紘

脳卒中病棟を担当している管理栄養士さんに、今の仕事に興味を持ったきっかけや医療現場についてインタビューしました。

Q 管理栄養士に興味を持ったきっかけ

A 学生時代に体操部に所属しており、食事制限が必要でした。減量しつつパフォーマンス向上するためには、適切な栄養摂取が重要であることを実感し、栄養管理への興味が深まりました。学んだ知識は自分自身だけでなく、家族の健康にも役立つと考え、管理栄養士を志すようになりました。

Q 主な業務

A 業務は栄養管理で、脳卒中病棟を担当しています。患者さんとゆっくりと話したり、食事中に聞き取りをおこなうことで、嗜好を把握し、看護師や言語聴覚士と食べやすい食品を検討するなど工夫をおこなっています。また、入院や外来での栄養指導もおこなっています。患者さんから「これならできそう」「やってみます」といった前向きな言葉をもらった時に、やりがいを感じます。



Q 職場の雰囲気

A 新人教育の体制がしっかり整っており、NST（栄養サポートチーム）専門療法士の資格を持つ経験豊富なベテランスタッフはもちろん、年齢の近い先輩も多く、日々の業務や悩みごとにも気軽に相談できます。スタッフそれぞれが個性豊かな趣味を持っており、それがとても魅力的な職場です。

Q 管理栄養士を目指している人へ

A 栄養や食事に関するガイドラインは頻繁に更新されるため、日々学び続けることが大切です。また、普段の何気ない食生活の中にも、栄養指導に役立つヒントがたくさんあります。だからこそ、食事に関心を持ち続けることが大切です。実際の医療現場では、患者さん一人ひとりの状態が違うため、授業で学んだ通りにはいかないこともあります。その経験が貴重な学びとなり、良い刺激を受けています。

第32回 岡山旭東病院

地域ふれあいフェスティバルを開催します

10/26 日 10:00～14:00

開催場所：岡山旭東病院 院内

入場
無料

テーマ

見て!知って!体験!～健康をもっと身近に～

病院で「地域ふれあいフェスティバル」を開催します! 職員、患者さん、地域の皆さんと交流を深めながら、健康について楽しく学べるイベントです。

健康チェックや相談コーナー、地域のパン屋の出店、演奏会や参加型の催しなど、内容も盛りだくさん! 今年は、ハンドケア講習やお子さんでも簡単に作れる写真立て作りなども開催予定です。地域の皆さんとつながり、健康をもっと身近に感じていただける1日を一緒に過ごしませんか?



過去の様子

知っ得情報

初めてでも安心!手ぶらで楽しむ園芸

院内で、定期的に園芸教室を開催しています。12月は、「園芸初心者の方」と「普段から園芸をされている方」向けの内容を予定しています。各定員50名で、材料準備のため事前にお申込みが必要です。みなさんのご参加、お待ちしております。



詳細はこちら ▼



第73回園芸教室
グレードアップ vol.10
14:30～16:00

対象：普段から園芸をされている方
材料費：3,500 円 (当日集金)

リング型のハンギング容器に季節の花苗を植えて、リースの寄せ植えをつくります。

第74回園芸教室
ビギナーズコース vol.3
12/20 土 10:30～12:00

対象：園芸初心者の方
材料費：1,000 円 (当日集金)

季節の花苗の寄せ植えをします。
鉢持参の場合は、花苗を1苗プレゼントいたします。



ノロウイルスとは

ノロウイルスは、10～3月頃にかけて流行する感染性胃腸炎です。非常に感染力が強く、家庭内感染も起こりやすいため、日頃からの予防が大切です。



症状

吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・発熱(37～38度程)など
※ 通常1～2日で治まりますが、子どもや高齢者では脱水症状を起こしやすく、注意が必要です。

治療

今のところ有効な抗ウイルス薬はないため、症状を和らげる対症療法が主な治療です。

家庭でできる予防策

① こまめな手洗い

調理や食事の前、トイレの後など、石鹸で丁寧に手を洗いましょう。特に指の間や爪は時間をかけて、手首までしっかり洗うことが重要です。

② 食品の十分な加熱

二枚貝などは、中心部までしっかりと加熱(85～90℃で90秒以上)してから食べましょう。

③ 調理器具の洗浄と消毒

まな板や包丁、食器などは使用後、洗剤でよく洗い熱湯(85℃以上)で1分以上消毒しましょう。

便や嘔吐物の処理方法

感染者の便や嘔吐物を処理する際は、必ずマスクをし、手には使い捨て手袋を着用するか、ビニール袋をはめてください。汚れた場所を消毒液を使ってタオルやキッチンペーパーで拭き取り、その後水拭きをしましょう。

消毒液の作り方

家庭用塩素系漂白剤(「ハイター」「ブリーチ」など、濃度5～6%のもの)を使って、用途に合わせた2種類の消毒液を簡単に作ることができます。



次亜塩素酸ナトリウム 濃度6%の漂白剤の場合

感染者の便や嘔吐物で汚れた場所



ペットボトル
キャップ2杯

濃度
0.1%

トイレの便座、ドアノブや手すり、机など 感染者が触れた場所



ペットボトル
キャップ1/3杯

濃度
0.02%

注意点

- 作った消毒液は、時間がたつと効果が薄れるため、その都度作る。
- 換気を充分にし、他の洗剤と混ぜない。
- 拭き取りに使ったタオルは、他の洗濯物と分けて洗濯・乾燥する。



医療法人社団 かとう内科並木通り診療所

加藤 薫 院長

施設の特徴

かとう内科並木通り診療所は、岡山市南区に位置する有床診療所として、外来・入院・在宅医療を一体的に提供しています。地域の「かかりつけ医」として、急性期から慢性疾患、緩和ケアに至るまで幅広く対応し、患者さまの生活背景やご家族の思いにも寄り添った医療を大切にしています。



診療モットー

「地域のよりどころになる」

スタッフ全員が、対話や信頼関係を重視し、医療だけでなく生活支援や地域とのつながりも大切にしています。地域の皆さまにとって、いつでも安心して相談できる存在でありたいと願っています。



診療科目 総合内科・小児科・消化器内科・循環器内科・皮膚科・神経内科・乳腺甲状腺外来・リハビリテーション科

診療時間 午前 8:30～12:00
午後 15:30～18:30

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	○	○

休 診 金曜午後 / 祝日

〒702-8058

岡山市南区並木町2丁目27番地5

☎ 050-3146-4301 Fax: 086-264-8846

<https://kato-namiki.or.jp/>



◆公共交通機関をご利用の場合

バス停「並木町二丁目」を下車 徒歩1分
駐車場 45台

10月から赴任の医師紹介

救急科



かとう ゆみ
加藤 由美

急な病気やけがの際は、ご不安も大きいと思いますが、皆さんに安心して治療を受けていただけるよう、救急科の医師として努めてまいります。どうぞよろしくお願い致します。

糖尿病教室を開催中 2階 会議室ひるがお

第2・4木曜日の13:00～14:00に、院内で開催しています。糖尿病への理解を深めて、健康的な生活を送りましょう。詳細は院内のチラシ、またはホームページをご覧ください。

日程	講演内容
9月11日(木)	糖尿病とは? / 食事について①
9月25日(木)	フットケア / 運動について
10月9日(木)	糖尿病合併症 / 食事について②
10月23日(木)	低血糖、シックデイ / 注射薬について
11月13日(木)	飲み薬について / 食事について③
11月27日(木)	日常管理 / 検査について

3カ月1クールとし、同じ内容を年に3回開催します。

CDEJの資格を取得しました

2025年5月に、新たに4名のスタッフがCDEJ(日本糖尿病療養指導士)の資格を取得しました。



脳神経外科、整形外科、脳神経内科、リハビリテーション科、内科、循環器内科、麻酔科、放射線科、リウマチ科、形成外科、泌尿器科、皮膚科、救急科、健康センター、脳卒中センター、サイバーナイフセンター、PET・RIセンター、スポーツ・関節外科センター

〒703-8265 岡山県岡山市中区倉田 567-1
086-276-3231 Fax. 086-274-1028
<https://www.kyokuto.or.jp>



10～12月 催しのご案内

参加無料 教室のご参加は、事前に申込みをお願いします。

10月

- 11(土) 14:00～16:00 園芸教室 **ご好評により、定員に達しました**
☆材料費1,000円
- 21(火) 14:00～15:00 第146回転倒予防健康教室
- 26(日) 10:00～14:00 第32回 岡山旭東病院・地域ふれあいフェスティバル

11月

- 18(火) 14:00～15:00 第147回転倒予防健康教室

12月

- 12(金) 14:00～14:40 パルディ・G・睦子ソプラノコンサート
- 16(火) 14:00～15:00 第148回転倒予防健康教室
- 19(金) 14:30～16:00 第73回園芸教室 グレードアップvol.10
☆材料費3,500円 定員50名
- 20(土) 10:30～12:00 第74回園芸教室 ビギナーズコースvol.3
☆材料費1,000円 定員50名

感染症の流行状況により、急遽中止になる可能性もございます。
参加される際は事前にホームページをご確認のうえ、お越しください。



086-276-3231(代表)

オンラインでの申込み・最新の催し情報▶



病院統計 (2024年1月～12月)

外来患者延数	68,869人	地域医療支援病院紹介率	71.6%
入院患者延数	66,060人	地域医療支援病院逆紹介率	113.9%
新入院患者数	4,537人	救急患者搬入件数	2,010件
退院患者数	4,499人	脳神経外科手術件数	206件
平均在院日数	13.2日	整形外科手術件数	2,436件

診療時間

午前 9:00～12:00 (8:30受付開始)

午後 14:30～16:00

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	△	○	△

休診

木曜午後 / 土曜午後 / 日曜 / 祝日
(但し、急患はこの限りではありません)

あともがき

食事制限は、どんな疾患でもつらいもの。経験の無い者に分かるかな? 分からないなら。でもしなければ。運動や薬の助けも借り、糖尿病の合併症を防ぎましょう。

院長 吉岡純二