

発行：はつらつ編集局
 発行日：平成 23 年 10 月 1 日
 発行人：吉田 秀明
 編集人：はつらつ編集委員
 お問い合わせ：0135-23-3126



研修医リレーコラム41 「甘いフルーツ注意報」

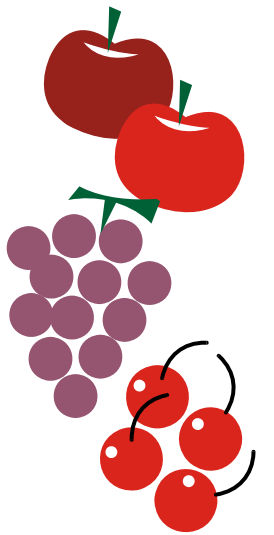
8月に余市で研修するにあたって、実は一番楽しみにしていたのはブルーベリー狩りでした（でも時期を逃してできませんでした……残念）。やはり余市といえりんごを初めとしたフルーツが有名ですよー。でも、そのせいなのか北海道の別の地域と比較しても、余市が群を抜いてかかっている人の多い病気があります。何だと思いますか？

それは「**糖尿病**」です。読んで字のごとく、おしっこが甘くなる病気ですが、それは症状の氷山の一角にすぎません。ご存知の通り、ごはんは体のエネルギー源ですが、エネルギーとして燃やされるためにはまず細胞一つ一つに取り込まれる必要があります。健康な人の体の中ではごはんを食べるたびに膵臓から「エネルギー取り込めホルモン」が分泌されます。このホルモンのことをインスリンと呼びますが、普段から高カロリーな食事を多くとっている人では、膵臓がインスリンを出しすぎて疲れてしまったり、細胞一つ一つが常日頃からたくさんやってくるインスリンに慣れてしまってあまり反応しなくなってしまうことがあります。細胞がうまくエネルギー（糖）を取り込めなくなってしまうわけですね。取り込まれなくてあふれた糖は、血の中を漂うしかありません。これを「高血糖状態」と呼びます。

糖は血の中を漂って、様々な臓器を壊していきます。ターゲットとなりやすいのは足裏の神経／眼／腎臓です。なんと現在の透析を受ける腎不全の人たちの原因第一位は糖尿病。透析を受けることになれば、死ぬまで一回3-4時間の通院を週に3回続けなければなりません。とても大変ですね。さらにそれ以外にも、けいれんや意識障害の原因になったり、心筋梗塞になりやすくなったり、免疫力が弱まって死に直結するようなこわい感染症にかかりやすくなったりするのです。

血糖は血圧のように自分で簡単に見られるものではありませんし、ある程度までは自覚症状もないので、ひっそり進みやすい病気です。それもまた怖いですね。なので、せっかく糖尿病の治療を始めたのに中断してしまったり、お薬の量を自分で変えてしまったり、つつい甘いものを食べてしまったりする方も多い残念な病気です。つまりは自分に「甘い」人になる病気とも言えるでしょう。特に美味しいフルーツの多い余市では、誘惑も多いので大変ですね（笑）。

糖尿病は手術など医者の方ですばっと治る病気とは違い、「患者さんが自分でなったので、（医学の助けはあるにしろ）患者さん本人にしか治せない病気」とも言えます。早めの気づきが重要です。一度ダメージを受けた臓器は、もう元に戻ることはありません。自分が勤務した一ヶ月だけでも、糖尿病で命を落とした方は何人もいらっしゃいました。非常に残念でした。おいしいフルーツも、食べ過ぎは一転毒となります。これから実りの秋を迎え、さらにさらにフルーツが楽しみな時期とはなりますが、皆様十分ご注意ください。（手稲溪仁会病院研修医2年目 飯田あか奈）



中川和子さんピアノコンサートの御案内

☆プログラム☆

モーツァルト

キラキラ星変奏曲

メンデルスゾーン

甘い思い出・狩りの歌・ベニスの舟歌

ショパン

ノクターン 櫻ハ単調

パガニーニ練習曲6番

日時:10月21日(金)

18:30より45分程度

場所:余市病院1階待合ロビー

最後に皆さんでの合唱も予定しています。どなたでも御鑑賞は自由ですので是非お越し下さい。

リハビリテーション特集「言語聴覚療法とは」 ～第4回～

今回は、『言語聴覚療法』についてのお話です。あまり聞きなれない言葉かもしれませんが。言語聴覚療法は「**言語聴覚士**」＝スピーチ・セラピスト(ST=Speech Language Hearing Therapist)という、専門職が行います。

言語聴覚士は、「音声機能、言語機能、摂食・嚥下機能または聴覚に障害があるものに対し、その機能の維持向上を図ることと言語訓練その他の訓練、これに必要な検査および助言、指導、その他の援助を行うことを業とする」と定義されており、医療や保健福祉、教育の機関等で働いています。現在全国で19000人ほどいます。

言語聴覚療法とは、ことばや聞こえ、食べる・飲み込むことの障害を持っている方に対し、機能の回復・維持を図るため（いわゆるコミュニケーションをとりやすくするため）のリハビリテーションを提供します。

ことばの障害～大人の場合、脳梗塞や脳出血、頭部外傷、脳腫瘍などの原因で起こる失語症（しつごしょう）があります。ことばが出ない、理解できない、読んだり・書いたりできない、などの症状がみられます。また、大脳や顔面・構音に関わる神経・筋の障害によって起こる構音障害（こうおんしょうがい）があり、呂律がまわらない、発音、発声ができなくなる、などの症状がみられます。

小児では発音が未獲得のままや違った音に置き換わるなど、ことばの発達の遅れになることもあります。＊当院では、訓練法として『全体構造法』を行っております。

聞こえの障害～「耳が遠くなった」や「テレビの音が大きくなった」など聞いたことがあると思います。大人の場合、御高齢になりますと聞こえが悪くなる場合もあり、補聴器を利用しなければならないこともあります。また、聞こえないことで理解できずコミュニケーションが取れない、車や電車に気づかず危険な目に合うこともあります。

小児ではコミュニケーションが取れない場合やことばの発達に影響することもあります。

飲み込むことの障害～最近よく耳にする言葉で「摂食・嚥下障害（せつしょく・えんげしょうがい）」といわれる問題ですが、お茶やみそ汁でムセたり、痰が増えて熱が出たり、喉に溜まりゴロゴロしたりする場合など、誤嚥性（ごえんせい）肺炎に繋がる場合があります。個人差はありますが、御高齢になるとこういう問題が増えてきます。

さらに、**高次脳機能障害**（こうじのうきのうしょうがい＝大脳の損傷や頭部外傷などでおこる、見当識（日時や場所がわからない）、注意や集中力、遂行機能、記憶、思考、認知、判断力などの低下）によるコミュニケーションの問題に対してもリハビリテーションの提供や支援をさせていただきます。

日常生活を送りやすくするためのコミュニケーション、いわゆる**QOL（生活の質）**をより高めるためにお手伝いさせていただきます。お困りの方やご心配の方はどうぞお気軽にご連絡ご相談下さい。（文責：言語聴覚士 館澤）



今年は25名が参加！
 秋晴れの中、全員ゴール目指して完走しました！！



救急件数（9月）

外来受診271件 うち入院32件

救急車来院66件 うち入院24件