

発行：余市協会病院
発行日：平成 28 年 2 月 1 日
発行人：吉田 秀明
編集人：広報委員会
お問い合わせ：0135-23-3126



研修医リレーコラム79 「高LDLコレステロール血症」

こんにちは。手稲溪仁会病院研修医 2 年目の古川貴光と申します。1 月の 4 週間、余市協会病院で研修させて頂きました。大変お世話になりました。栄養部の広報紙では脂質異常症、特に高 LDL コレステロール血症について紹介させて頂きました。今回は、その第二弾として高中性脂肪血症について記載させて頂きます。

1.脂質異常症とは

栄養部の紙面でも記載させて頂きましたが、改めて脂質異常症について簡単に説明させて頂きます。脂質異常症とは、血液中の LDL コレステロール(悪玉コレステロール)や中性脂肪(トリグリセライド)が多くなりすぎている状態、または HDL コレステロール(善玉コレステロール)が少ない状態を指します。脂質異常症という病名はついていますが、明確な治療目標が定められているのは、高 LDL 血症だけなのです。では、中性脂肪が高いと指摘されたら、どうすれば良いのでしょうか。

2. 高中性脂肪血症はどのような影響があるか

まず、高中性脂肪血症の定義について述べたいと思います。中性脂肪は、一般的に 150mg/dl 以下が正常です。150-199mg/dl は境界型、200-499mg/dl は高値、500mg/dl 以上は非常に高値と分類されます。高中性脂肪状態が続くことによって、心血管系疾患(心筋梗塞や脳卒中など)のリスクが挙がるということが既に判明しています。また、1,000mg/dl 以上の高い値が続くことによって、膵炎(膵臓の炎症。かなり強い腹痛に見舞われます)のリスクが挙がるということが指摘されています。

3.どのような原因があるか

一般的には、生活の不摂生が原因となります。しかし、中には二次性に発症するものもあります。例えば、薬剤、コントロール不良の糖尿病、甲状腺機能低下症、腎不全、ネフローゼ症候群などが代表的な疾患です。そのため、生活習慣が特に乱れていないにも関わらず、高中性脂肪血症を指摘された場合には、何か別の病気が隠れているかもしれません。

4.治療法はあるのか

治療介入に関しては、はっきりと決まっている指針はありませんが、一般的に生活の不摂生が原因であれば、生活習慣の改善を図ります。但し、500mg/dl を超える高値であれば、始めから薬剤の導入が検討されます。薬剤は、フィブラート、スタチンといったものを状況に応じて使い分けることになります。

二次性の場合は、元々の病気に対する治療が、そのまま高中性脂肪血症に対する治療にもなります。

以上簡単ではありますが、高中性脂肪血症に関して紹介させて頂きました。この疾患自体は特に自覚症状はありませんが、放置すると取り返しのつかない事態になりかねません。したがって、健診等で指摘されている方は、定期的に病院を受診して頂くことをお勧めします。研修医 古川 貴光

地域医療国際支援センターイベントのお知らせ

第 1 回 国境の人々

「水道パイプのブラスバンド

～ミャンマー・タイ国境メソ、移民学校のこどもたち～

日 時:3 月 18 日【金】18:00－19:00

場 所:余市協会病院 食堂“さくら”

2011 年から始まったミャンマー移民学校との音楽事業は、今年で 6 年目を迎えようとしています。私たちと一緒に、水道パイプを吹いていたブラスバンドの学生さんを応援しませんか？



当日は、ミャンマー・カチン州やカレン州のヒスイや天然石の展示なども行います。お気軽に足をお運びくださいませ。詳細は以下、HP またはお電話にてお問い合わせ下さい。

H P: <http://japanmaetao.org/>

協 賛:余市協会病院、地域医療国際支援センター

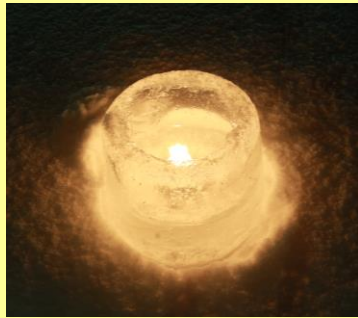
主 催:NPO 法人 メータオ・クリニック支援の会(JAM)

お問い合わせ先:日本事務局北海道支部代表 田畑 彩生

(イベントお問い合わせ先 07014634465)



エレンお婆さんの「妄想・ひまわりロード」6 番外編：雪明りの路



先日来、雪が降りしきり、やっといつもの積雪量に近づいた余市。協会病院の正面も、すっかり白一面になっている。白の絨毯・・・これはこれで、とてもきれいなのだが、じっと見つめっていると、去年の 5 月に、正面の芝を「殺風景」と捉えた、私の感性がざわつき出した。

丁度、札幌では「雪まつり」、小樽では「雪明りの道」なるイベント、それぞれに、年配者も子供も、若者も外国籍の人々も、大勢が訪れ、観光客も地元民も、きっとわくわくしながら楽しんでいるのだろう。

さて、当、余市町の冬を考えてみると、地元民の楽しみは、何だろうか？あまり名の通ったイベントはなさそうだが。役場に聞いてみようかと考えていたら、医事課の某氏がキャンドルを持参してきた。それは、実に優美な形のキャンドルで、説明書きに「雪明りの道実行委員会：小樽」とあり苦笑したが、燃焼時間の長い、素敵なものだった。

早々に、ボランティアを募り、キャンドルを灯してみた。それらを並べるとなかなか郷愁のある素敵な小路が出来た。人呼んで、ひまわりならぬ「ひまロード」(笑)である。

風に揺れるオレンジ色のほのかな灯りを見ながら、ふと、気付いたのだが、このキャンドルは、毎夕に誰かが点火し、翌朝に誰かが片付け、午後にはまた誰かが設置しないと続かないという、それは重要な事実であった。

何事も、大事をなす人は、名を馳せ、後世に知れ渡るのが常だが、私たち管理者が忘れてならないのは、それを支え、労苦を厭わずに協力し、無名のままたたずむ人が、必ず居るという事である。

小さくとも「組織の長」になる者は、常にその事を心に刻んで、偉業に向かわねばならない。自分は小さき声の代弁者である、自分は、支えている人にとっては、もしかすると命がけの存在であるかもしれない。その位の覚悟を持って、大いなる決断を行う、嫺やかな存在でありたいと思う。

新春書初め



仕事始めの平成 28 年 1 月 4 日、二年振りに院内書き初め会を開催しました。ロビー前に展示中です。



救急件数 (1月) 外来受診258件 うち入院56件 救急車来院78件 うち入院36件