

# 健やかいずみ



## 糖尿病とステイグマ



内分泌・糖尿病内科  
山崎 侑典先生

近年、糖尿病は増加傾向であり、予備軍まで含めると2000万人、成人の4人に1人が糖尿病という時代です。糖尿病の原因には、過食や早食い、高脂肪食や運動不足といった生活習慣だけでなく、遺伝によるところもあります。にもかかわらず、「糖尿病とはぜいたく病だ!」「自己管理ができない人だ」といった考えもまだまだあるようです。このような「負の烙印」を「ステイグマ」といいます。このステイグマがあるため、血糖

が高いと言われた方が病院へ受診されなくなったり、治療を自己中断されてしまうことも多いのです。早期に適切な糖尿病治療を受ける機会を失うと高血糖状態が続き、合併症の進行につながります。

糖尿病は、ざっくり言いますと血管の障害、動脈硬化を引き起こす病気です。高血糖の状態が続くと血管が傷つきコレステロールが蓄積されていきます。蓄積されたコレステロールがプラークという塊を作り、血管を狭めて血流が悪くなり、様々な合併症を引き起こします。

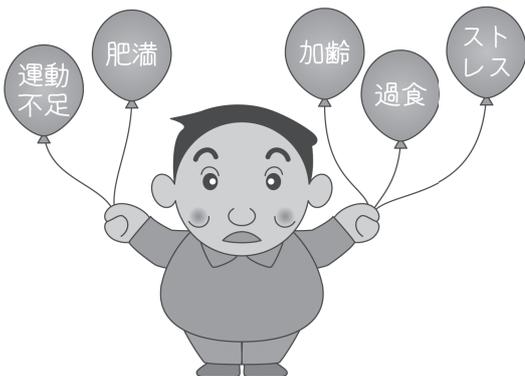
糖尿病の血管合併症のうち、小さな血管の障害を細小血管障害、大きい血管の障害を大血管障害といいます。細小血管障害には神経

眼、腎障害があり、進行すると最終的に下肢切断、失明、透析につながります。大血管障害には心臓や脳の血管、下肢末梢血管障害があり、放置すると脳梗塞や心筋梗塞、末梢動脈疾患に至ります。

私たちが医療者が決して負の烙印、ステイグマを起こさないということに留意して糖尿病の早期治療と治療の継続を支援したいと考えています。日本糖尿病学会と

糖尿病の治療目標とは、予後や生活の質に関わる合併症を予防することです。血液検査ではHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）をできるだけ正常に保つことが一つの目標になります。HbA1cは、過去の1〜2ヶ月の平均血糖値を反映する数値で、年齢、臓器障害、低血糖の危険性、家族などのサポート体制などを考慮して個別に目標値を決めます。細小血管障害予防の観点からはHbA1c 7.0%未満を目標値とします。そのためには

食事療法、運動療法、薬物療法の3本柱が重要です。当科では医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士が糖尿病チームと



10月の一言…糖尿病といきいき生きよう。秋はいきいきウォーキング。

和泉市立総合医療センターのホームページは <https://izumi.tokushukai.or.jp/> でご覧いただけます。

和泉市立総合医療センター 外来診察予定表

2023年10月分

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
呼吸器内科	午前	松下・門谷	上西・☆武田・☆佐藤(佳)	松下・宮本(篤)	益田・小島・☆大島	田中(秀)・☆石井(真)	
	午後		上西	松下・久保	☆松井・☆大島・上野(健)		
循環器内科	午前	☆笠松 ☆白山	河瀬 藤原	中村・☆村田 担当医	松本(健)・伊藤 吉山(不整脈外来)(予約制)	河瀬 ☆梶尾	交代制(予約制)
	午後	☆笠松(再診)	河瀬(再診)	中村(再診) ☆村田(再診)	松本(健)(再診)	河瀬(再診)・☆梶尾(再診) 担当医(ペースメーカー外来)	
肝胆膵内科	午前	藤本(俊)	白井	坂口	山田	藤本(俊)	交代制(予約制)(第2・4週)
	午後	坂口(再診)		坂口(再診)		藤本(俊)(再診)	
消化器内科	午前	平松(慎)・☆杉浦	平松(慎)	川崎・杉森・BD外来(10/4・10/18)	川崎・堀	☆杉浦・杉森	交代制(紹介のみ)(予約制)(第2・4週)
内分泌・糖尿病内科	午前	田中(陽)	大野	大野	田中(陽)	大野・山崎(再診)	
	午後					丸山(再診)	
リウマチ・膠原病内科 (初診・再診 予約制)	午前	樋野(午前) 岡田(晃)(初診)(午前)	交代制(初診)(午前) ☆福田(午前・午後)	岡田(晃)(午前・午後)	☆遠藤(菜)(初診)(午前) 関節口外来(午前・午後)(予約制)	樋野(午前・午後)	
	午後						
腫瘍内科 (完全予約制)	午前	佃(初診・がんゲノム)	佃・林(秀)	中野(雄)・岡部	佃・☆津谷・枚浦	福岡・米阪	交代制(予約制)(第2・4週)
	午後	福岡(セカンドオピニオン)	佃	中野(雄)・岡部	☆津谷・枚浦(禁煙外来)・長谷川	米阪	
乳腺内科	午前	益田・☆松井				☆大田	
	午後	☆松井				☆大田	
緩和医療科(完全予約制)	担当医		☆松山(精神)・坂野	☆川原		担当医	阪本(亮)(精神腫瘍)(第1・2・3週午前)
外来化学療法室	☆松井	林(秀)	岡部	枚浦	米阪		
血液内科	午前	浦瀬	和田 ☆大山	和田(貧血外来・腎不全外来)(予約制) 谷口	浦瀬	波江野 和田(多発性骨髄腫外来)(完全予約制)	
	午後	浦瀬(再診)	和田(再診) 三宅(義)	☆大山 谷口	浦瀬(再診)	和田(多発性骨髄腫外来)(完全予約制)	
腎・透析内科	田中(久)(午前・午後)	三宅(佐)				長谷川(廣)(午前・午後)	東(午前)(予約制)
脳神経内科 (初診・再診 予約制)	午前	濱田(ボツリヌス外来) 上野(周)(ボツリヌス外来) 山名(ボツリヌス外来)・山名(初診)	濱田(初診) 三浦(再診)(第1・3週)	上野(周)(再診) 濱田(初診・再診) ☆山下(初診・再診)	上野(周)(初診) 平井(初診・再診) 山名(再診)	濱田(再診) 河合(初診・再診)	河合(再診) (午前・第1・3・5週のみ)
	午後				上野(再診) 平井(再診)	濱田(再診) 道浦(初診・再診)	
総合診療科	北(嘉)	北(嘉)	北(嘉)	北(嘉)	北(嘉)	北(嘉)	
精神科			☆原田(朋)(午前のみ)		濱(午前のみ)		
眼科	午前	☆多田(直)	☆多田(直)	☆小長谷	☆多田(直)	西野(智)	
	午後		芳田(14時~/予約制)	菅原(14時~/)			
耳鼻いんこう科 (完全予約制)	午前	☆西出・☆横田	宮本(一)	齋藤・☆西出	☆西出・齋藤	北野	
	午後		齋藤	補聴器外来(第1・3・5)	齋藤	大石・補聴器外来	
外科	消化器・ 肝胆膵外科	雪本(初診) 澤田	文元(初診) 森	田中(肖)(初診)	澤田(初診)・雪本 田中(肖)(午後)	玉森(初診) 辻仲(午後)	交代制
	呼吸器外科	西野(将)(午後)・光富(午後)	佐藤(克)	富沢	富沢(午後)	富沢(午前)	
	乳腺外科	高田(午前)		手塚	手塚(午前)	手塚	
整形外科 (完全予約制)	午前	森田(脊椎初診・再診) 黒田(再診) 河端(初診・再診)	森田(脊椎初診・再診) 鍵山(再診) 溝川(初診・再診)	黒田(再診・関節初診) 伊東(再診・関節初診) 辻野(初診・再診)		伊東(関節初診・再診) (第1・3午前(第2・4午後)※変更の可能性あり) 永田(初診・再診)・河端(再診)	交代制(予約制) (第1・3・5週のみ)
	午後	森田(再診)・黒田(関節初診)	鍵山(再診)	金木(再診)		伊東(関節初診・再診)	
人工関節センター	黒田(予約制)		黒田・伊東(予約制)		伊東・永田(予約制)		
脊椎センター	森田(予約制)	森田(予約制)					
心臓血管外科	午前		平松(範)				
脳神経外科	午前	担当医(10時~13時)	松本(博)(9時~11時)	☆村上(沙)	☆濱田(有)	渡邊	
	午後			藤本(晃)(13時~16時)	中島・☆濱田(有)(14時~16時)	渡邊(13時30分~16時)	
泌尿器科	午前	西岡・林(泰)	大貫(午前)・☆重・☆基木(午後・予約制)	☆猪木・林(泰)	西岡・大関	西岡・林(泰)	交代制(初診)
腎移植外来	西岡・林(泰)		林(泰)	西岡	西岡・林(泰)		
婦人科	午前	深山(初診)(予約制) 千菊(再診)(予約制)	梅咲(初診)(予約制) ☆松田(真)(初診・予約制)(9時半~)	☆松田(真)(初診・予約制)(9時半~) 梅咲(初診)(予約制)	梅咲(初診)(予約制) 松原(再診)(予約制)	松原(初診)(予約制) 深山(再診)(予約制)	交代制(初診) (第1・2・3週目のみ)
	午後	処置(予約制)			松原(再診)・千菊(再診)	深山(再診)・子宮鏡検査	
皮膚科 (完全予約制)	午前	☆平田(再診) ☆夏見(第1・3・5週) ☆小出(第2・4週)(再診)	☆夏見(初診) ☆東郷(再診)	☆夏見(初診・再診) 遠藤(英)(初診・再診)	☆小出(初診・再診) ☆東郷(再診)	☆夏見(再診) ☆東郷(初診)	
	午後	小澤(再診) 処置	検査 処置	検査 処置	検査 処置	検査 処置	
形成外科(完全予約制)	西脇(午前:初診・再診)	☆井内(午前:初診・再診)	☆副島(午前:初診・再診)	☆井内(午前:初診・再診)(午後:再診)	☆副島(午前:初診・再診)		
小児科	午前	坂東 上角 ☆赤井 未澤	澤田(智)・秦・☆西本	交代制(坂東・澤田(智)) 中嶋(第2・4)	坂東 上角 ☆赤井 未澤	澤田(智)・秦・☆西本 ☆村上(城)(再診)(発達)(予約制)	交代制(予約制) 坂東(再診)(肥満)(第1・3週) ☆村上(城)(発達)(第2週)※変更の可能性あり 澤田(智)(第4週)(予約制)
	午後	坂東(再診)(喘息・アレルギー) ☆赤井(再診)・上角(再診) ☆村上(城)(再診)(腎臓) (予約制)	澤田(智)(再診)(喘息・アレルギー)(第1・3・4・5) 坂東(再診)(肥満)(第1・2・4・5) 匹田(再診)(第2・3・4)(神経) 秦(再診)	☆村上(城)(初診)(発達) (予約のみ) 中嶋(再診)(発達) (第2・3・4・5)	坂東(再診)(循環器) 澤田(智)(夜尿) 上角(再診)	澤田(智)(再診) ☆西本(再診)(乳児健診)・秦 ☆村上(城)(再診)(発達) (予約制)	
歯科口腔外科	午前	水谷(初診)・☆毛利(再診)	水谷(再診)・☆毛利(初診)	三ツ井(初診)・☆毛利(再診)	水谷(初診)・三ツ井(再診)	☆毛利(第2・4週)(完全予約制) 三ツ井(第1・3・5週)(完全予約制)	
	午後	水谷(予約制) ☆毛利(予約制)	水谷(予約制) ☆毛利(予約制)	三ツ井(予約制) ☆毛利(予約制)	水谷(予約制) 三ツ井(予約制)		
予防接種予約	予防接種		予防接種	予防接種			
放射線科	多田・益岡・松田(尚)(放射線治療) 徳永(血管造影) ☆田中(紀)・小谷・光山	益岡・濱浦(放射線治療) 徳永・大平 ☆田中(紀)・小谷	多田・松田(尚)(放射線治療) 徳永・大平 ☆田中(紀)・小谷	益岡・松田(尚)(放射線治療) 徳永(血管造影) 大平・☆田中(紀) 小谷・立川	益岡・松田(尚)(放射線治療) 徳永・大平 ☆田中(紀)・小谷 原田(翔)	交代制(午前のみ)	
健診センター	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制		

※受付時間は、午前8時~午前11時30分。  
 ※( ) 表示のないものは初診・再診。  
 ※眼科午後診の受付時間は午前8時~午後4時迄、診察は午後2時~です。  
 ※精神科の受付時間は、午前8時~午前10時30分です。(初診は紹介のみ・電話予約)  
 ※乳腺外科は、電話予約(午後2時~午後4時)

※☆は女性です。  
 ※耳鼻いんこう科・脳神経内科・整形外科・リウマチ膠原病内科・腫瘍内科・緩和ケア内科・  
 皮膚科・形成外科は初診・再診全て完全予約制です。  
 ※休診・代診になる可能性がございますので、ご了承下さい。  
 ※予防接種は予約制となっています。詳しくはお問合せください。  
 ※変更の可能性がございますので、詳細についてはお気軽にお問合せください。