



【ご挨拶】

糖尿病・甲状腺疾患・高血圧症などに関する知識とお知らせを新聞にして皆様に配布しています。皆様の病状が好転いたしますことを、心より願っております。

院長 則武 昌之

## 今月の特集

インスリンを打つとどうなるの？

**今回はインスリンの話です。インスリンを打ったほうが良いと勧められていても打たないでいる方は結構います。**

### インスリンを使ったら落伍者？

インスリンを使っていない2型糖尿病の患者さんたちはインスリンに対して大きい不安感を持っていて、インスリンの開始は落伍者であることを意味すると思っているようですが、これは全くの誤解です。

### 糖尿病専門医が自分が糖尿病になったらHbA1cがいくつからインスリンを使うか？

あるアンケートでは糖尿病専門医が自分が糖尿病になった場合にはインスリンを開始するHbA1cの値は平均で7%程度だったとされています。しかし患者さんに実際にインスリンを打つように説得するのHbA1cは平均で8~8.5%程度といったところです。インスリンにはまだ飲み薬がないため注射せざるをえず、患者さんの抵抗が大きいことがこのギャップの大きな原因となっていると思われます。

### インスリンは一度使うとやめられなくなる？

インスリンを打つと自分の膵臓が働かなくなってますます自分のインスリンが出なくなると思っている人が少なくありません。これも誤解です。自分の出している膵臓のインスリンは血糖値が高い時が続くと分泌が悪くなってしまうますが、(どのような方法であれ)血糖値を下げるとまた分泌が改善します。したがって血糖値が良くなった場合には一度使ったインスリンを止めることが可能になる場合も多々あります。

### インスリンが必要ということは病状が重い？

糖尿病治療の目的は合併症(目、腎臓、神経の障害や動脈硬化性疾患)が進まないようにして、寿命と生活の質を維持することです。したがって糖尿病が重いか軽いかは糖尿病の合併症がどの程度進行しているかによって判定されます。

インスリンを打っていることと病状が重いのは直接の関連はありません。むしろ病状が重くなることを防ぐために必要であれば早めにインスリンを打っていただきたいと思っています。

## 健康と院内行事に関するニュース

### ダイアレディースの会のお知らせ

今年も楽しく料理を作ったりお茶をしながらお互いに情報を交換する時間を持つことを計画しました。春を楽しむ材料での献立と外国のゼリーや野菜スープを楽しみます。日時:5/16(水) 10:30から13:00, 場所:当院セミナー室, 会費:材料費として800円を徴収します。

### コレステロールは総コレステロールではなくLDLコレステロールで評価!(日本動脈硬化学会の新診療ガイドライン)

心筋梗塞や脳梗塞を予防するために総コレステロールが重要とされてきましたが、日本動脈硬化学会はこれらの動脈硬化性疾患の予防の指標から総コレステロールをはずす決定をしました。かわりにLDLコレステロール(LDLC;悪玉コレステロール)をコレステロールの評価の指標として推奨しています。当院では以前から総コレステロールではなくLDLCで評価しておりましたので特別な変更はありません。またコレステロール高値のみの場合には生活習慣の改善を基本治療とすることと、危険因子(糖尿病、高血圧、喫煙など)を持つ患者には生活習慣の改善に加えて積極的な薬物療法を考慮する必要があることが強調されています。



### 休診のお知らせ

●3/18(月)~3/22(木)はクリニックの改装のため休診とさせていただきます。  
●4/2(月)の午前中は都合により休診とさせていただきます。  
ご注意ください。

3月							4月						
S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
							午前休診						
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30					

インフルエンザが遅ればせながらはやっています。花粉症の季節でもあります。どちらの病気にも外に出る時にはマスクとうがいを行きましょう。今年は暖かいので今月中に桜の花が見られるかもしれませんね。楽しみです。

