

【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

院内行事と健康などに関するニュース

■ ダイアレディースの会のお知らせ

糖尿病をお持ちの女性同士で楽しく料理を作ったり、お互いの情報交換の時間を持つことを目的にしています。まだまだ厳しい暑さが続いています。10月はお茶をしながら患者さん同士の話し合いを中心に楽しい時間を過ごせたらと思い、お茶会を企画しました。女性の皆様のご参加をお待ちしています。

日時：10月25日（木）10：00から12：30、場所：当院セミナー室、
会費：実費として800円をいただきます。受付までお申し込みください。

■ 糖尿病と歯周病

口の中の2大疾患といえば虫歯と歯周病です。歯周病は最も多い疾患としてギネスブックに記載されているとのこと。

糖尿病患者さんでは健康な人に比べて8.6倍も歯周病が悪化するといわれています。また糖尿病の方に歯石をとったり、ブラッシング指導をして歯周病の原因を少なくすると血糖値が改善してHbA1cが0.4%下がったとの報告もみられます。糖尿病の方に急に「歯医者さんに生きなさい」と話すとへんな顔をされますが、糖尿病と歯周病の間には密接な関係があるといわれているのです。

虫歯の場合は食べた後早い時間に磨くのがポイントとされていますが歯周病の場合には虫歯とは別の菌が原因であるため食後よりも寝る前に磨くことがとても大切とされています。それは歯周病を起こす菌が夜に寝ている間に一気に増殖するためです。歯周病の原因は歯の表面についた細菌の塊です。口の中には300種類以上の細菌がいてそのうち約1割の細菌が歯周病を起こします。細菌が何ヶ月も歯の表面にとどまると硬くなって歯垢から歯石へと変化し、これがまた歯周病の原因になったり悪化させると考えられています。口臭の原因は歯周病が原因とされており膿ではなく、歯周病菌自体が悪臭を発するためといわれています。皆さんも歯周病対策をはいかがでしょうか？

休診のお知らせ

ご迷惑をおかけしますが
●10/6は午後休診として午前9時から午後2時までの診療
●11/5から11/7は学会のため休診とさせていただきます。ご了承ください。

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

発行日：2007年10月1日 発行責任者：医療法人社団 憩樹会 則武内科クリニック 院

今の特集

癌を未然に防ぐために

2006年に発表された厚生労働省研究班の報告によると糖尿病があると癌になりやすいことが判明し、また糖尿病患者さんの死因のトップは癌であることが判明しています。悪性腫瘍（癌）を見逃さずに治療するために必要なことをまとめてみました。

糖尿病患者さんは癌になりやすい？

厚生労働省研究班の報告（JPHC Study）によれば糖尿病の患者さんでは男性で1.27倍、女性で1.21倍（糖尿病ではない方に比べて）癌にかかりやすいと報告されています。糖尿病患者さんのほうがかかりやすいと考えられるのは、男性では肝癌（2.24倍）、腎癌（1.92倍）、膵癌（1.85倍）、大腸癌（1.36倍）、胃がん（1.23倍）で女性では胃がん（1.61倍）、肝癌（1.94倍）、卵巣癌（2.42倍）であったとのこと。糖尿病でなぜ悪性腫瘍が多いのかに関してはまだはっきりとした機序は解明されていませんし、もしかすると糖尿病と診断されると定期的に医療機関でのチェックを受けるために発見率が上昇するのではないかとする意見もあり、まだ結果の解釈には注意が必要と考えられています。

糖尿病患者さんの死因のトップは癌！

2005年度の人口動態統計からは癌で亡くなった患者さんは最近でも前年に比べて徐々に上昇しています。糖尿病では全身の血管が傷害されていわゆる糖尿病性合併症のために命を落とす方が多いのは事実でそれに留意することが重要です。しかし糖尿病患者さんの死因の第1位は一般の日本人と同様に悪性腫瘍であることも覚えておくべきことと思われ。一般に日本人で多い癌を男女別、部位別に示すと男性では肺、胃、肝、大腸、膵臓の順で、女性では大腸、胃、肺、肝、乳腺の順でした。

悪性腫瘍をチェックする方法！

症状が無くとも住民検診または人間ドックは欠かさずに受診しましょう

とくに胃の検査、胸部レントゲン、腹部超音波、便潜血反応などを毎年受けることが必要です。そこで異常が見つかった場合にはそれぞれの方にお勧めできる病院や専門家の先生をご紹介することが可能です。症状がない方の癌のチェックは保険診療の対象とならないため上記の検診や人間ドックを利用されることを強くお勧めします。その時に合わせて腫瘍マーカー（AFP,CEA,CA19-9など）をチェックしておくのも良いと思われ。

やっと涼しくなってきた、虫の音もよるにはうるさいくらいです。患者さんからいただいたスズムシが我が家のリビングルームでいい音で秋を知らせています。収穫の秋そして運動の秋を楽しみましょう。