

特集 内分泌代謝内科



お知らせ

患者さんへ
お手伝いして
いただく

ボランティアの方を募集いたします

ご都合のよい曜日にどうぞお力をお貸しください

コロナ禍でボランティア活動を休止していましたが、再開いたしますのでボランティアの方を募集いたします。

ご都合の良い曜日に、患者さんへのお手伝いをしていただける方はどうぞご連絡ください。

●お仕事の内容

- 受付案内の補助
- (入院患児への)本の読み聞かせ
- 環境美化(花壇等)など

お願いするお仕事の内容は、ご希望をお聞きしご相談させていただきます。

●連絡先

JAとりで総合医療センター 庶務課
TEL 0297-74-5551



私の推しごと

HCU 稲村優子

私の推し活は、子供の空手観戦です。

『礼節・自主自立・思いやり・感謝・不屈の精神』で沢山の方に支えられ、鍛えて頂いております。

大会では、全国各地に連れて行ってくれてありがとう。

まだ声出し応援NGですが、これからも全力で応援していきます！



今月の表紙

糖尿病センター（内分泌代謝内科外来）での糖尿病サポートチームです。糖尿病診療を多職種によるチーム医療にて支援しています。

糖尿病の治療

糖尿病治療の基本はまずは日常生活の問題点を認識して改善していくことです。なかでも飲食と身体活動が重要であるため、食事療法と運動療法は糖尿病治療の基本となります。そのうえで薬物療法（経口薬、注射薬）を併用していきますが、最近は続々と有効な新薬が登場してきており、治療は次第に複雑になってきています。

外来診療は糖尿病センターにて行っており、専任看護師による療養指導が充実しています。糖尿病診療は医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、検査技師、理学療法士、事務職からなる「糖尿病サポートチーム」が担当して、外来・

入院を問わず専門職種によるチーム医療を行っています。

糖尿病治療を専門的に受ける糖尿病教育入院（月～金の5日間のプログラム）はクリニカルパスを用いて糖尿病サポートチーム全体が担当しています。病院内には糖尿病で入院した患者さんのみならず、他の病気で入院した糖尿病ないし糖代謝異常の患者さんが数多くいます。糖尿病サポートチームは、質の高い糖尿病診療を効率的に行うための多職種連携医療チームとして、病院全体の糖尿病診療を全面的にサポートしています。

糖尿病教育入院クリニカルパス

糖尿病教育入院週間スケジュール(患者用)

	/ () : 入院	/ ()	/ ()	/ ()	/ () : 退院
食事療法	☐ 治療食(朝・昼・夕) 内容: 糖尿病食+() kcal 塩分 g				☐ 食で終了
薬物療法	☐ 内服・インスリン指示: * 状態により投与量の変更があります 【担当: 看護師】 ☐ 入院オリエンテーション ☐ 薬の説明 ☐ 自己血糖測定指導 ☐ 必要時インスリン自己注射指導 ☐ 指導パンフレット、アンケート、自己管理ノートの配布 * 担当看護師が説明します。お部屋でお待ち下さい。 【担当: 医師】 ☐ 15:00～ 講義①-糖尿病とは * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。	【担当: 看護師】 ☐ 10:30～ 教育 DVD 内容: 糖尿病とともに①～⑤ * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。 【担当: 栄養士】 ☐ 14:30～ 薬理栄養指導 (書院使用している薬物を使用) * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。 【入館中】『個人栄養指導』が入ります。 後日、日程調整を行います。	【担当: 医師】 ☐ 10:00～ 講義②-糖尿病合併症 * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。 【担当: 看護師】 ☐ 14:00～ フットケア(皮膚科認定看護師) * お部屋で足のチェックを行います。順番に回りますので、お部屋でお待ち下さい。 【担当: 薬剤師】 ☐ 16:00～ 薬物療法と低血糖について * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。	【担当: 理学療法士】 ☐ 9:00～ 内容: 運動療法について * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。 【担当: 看護師】 ☐ 10:30～ 教育 DVD 内容: 糖尿病とともに④～⑤ ☐ 退院生活指導/アンケートの回収 * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。 【担当: 検査技師】 ☐ 16:00～ 検査について * 御案内致します。お部屋でお待ち下さい。	* 次回外来予約のご案内 診察券の返却 * (必要時)薬剤師より 退院処方説明と お渡し * 会計が準備できたら ご連絡します。
検査	☐ 自己血糖測定 昼食前/夕食前/眠前(21時) (必要時)インスリン自己注射 体重測定: 連日	☐ 自己血糖測定: 1日6回測定 朝・昼・夕食前/各食後2時間 * 食後2時間は『食べ始めた時間から2時間』で測定となります。 ☐ 必要時インスリン自己注射	☐ 自己血糖測定: 1日4回 朝・昼・夕食前/眠前(21時) ☐ 必要時インスリン自己注射	☐ 自己血糖測定: 1日6回測定 朝・昼・夕食前/各食後2時間 ☐ 必要時インスリン自己注射	☐ 自己血糖測定(朝) ☐ 必要時 ☐ インスリン自己注射
検査その他の	☐ 糖尿: 連日 * 医師の指示により、採血などの追加検査があることがあります。	☐ 起立性低血圧のチェック * 横になった状態と、立った状態で血圧を測定します。			
血糖値	昼食前 夕食前 眠前	朝食前 2時間後 昼食前 2時間後 夕食前 2時間後	朝食前 昼食前 夕食前 眠前	朝食前 2時間後 昼食前 2時間後 夕食前 2時間後	朝食前 昼食前

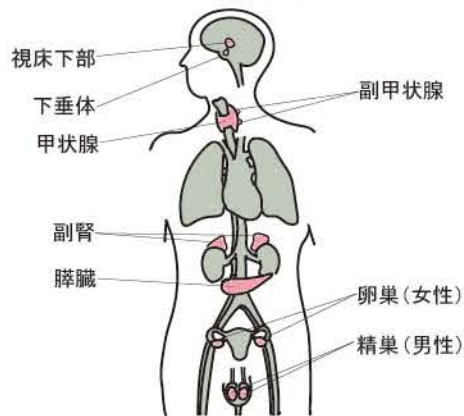
平成 27 年 6 月 3 日改定

内分泌の疾患

内分泌疾患は、視床下部下垂体疾患（下垂体腫瘍、先端巨大症、プロラクチノーマ、下垂体機能低下症、尿崩症、SIADH）、甲状腺疾患（バセドウ病、甲状腺機能亢進症、橋本病、甲状腺機能低下症、甲状腺炎）、副甲状腺疾患（副甲状腺機能亢進症、副甲

状腺機能低下症）、副腎疾患（原発性アルドステロン症、クッシング症候群、褐色細胞腫、副腎不全）、膵内分泌疾患（インスリノーマ、ガストリノーマ）など頻度は比較的稀ですが、実に多彩な疾患があります。

内分泌腺



内分泌代謝内科は内分泌疾患と代謝疾患の両方を診療します。代謝疾患は生活習慣病として知られる糖尿病、高血圧症、脂質異常症、高尿酸血症、肥満症などがあります。内分泌疾患は、内分泌腺である下垂体疾患、甲状腺疾患、副甲状腺疾患、副腎疾患などが含まれます。糖尿病などの代謝疾患は、たくさんの方がもっている病気で、内分泌疾患は、患者さんの数は少ないですが、専門性の高い珍しい疾患と言えます。内分泌疾患によっておこる二次性の高血圧や糖尿病は、まさに私たちの専門分野です。

糖尿病リスク患者数の推移

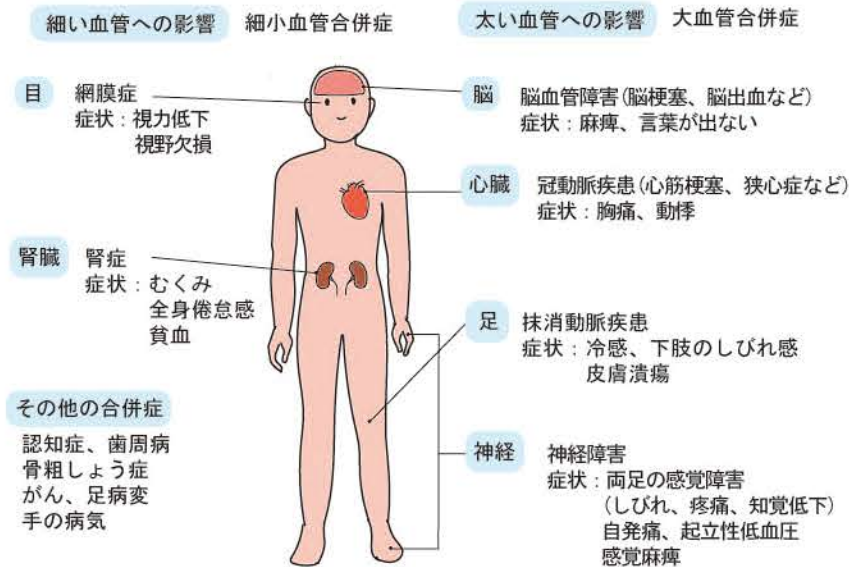


糖尿病患者数

糖尿病ないし糖代謝異常は非常に多く、日本では糖尿病有病者約1200万人、予備群も含めると約2300万人と推定されています。特定健診などの糖尿病対策事業などで「糖尿病の可能性を否定できない」予備軍はやや減少してきましたが、高齢化社会を迎えて糖尿病患者は増加し続けており、特に高齢患者が増えています。

糖尿病の合併症

主な合併症



糖尿病（英語名“diabetes mellitus”の和訳）という病名の由来は甘くかぐわしい蜜のような尿がたくさん出る病気という意味ですが、尿に蜜=糖がでてくるのは血糖値が高い（200mg/dL以上）からです。糖尿病になっても尿が多くなる（多尿）、のどが渇く（口渇）などの軽い症状しかでてこないため、病気に気づきにくく、軽視されがちです。糖尿病が問題になるのは全身におこる合併症であり、あまり自覚症状がないうちに心血管疾患（心筋梗塞、心不全）、脳卒中、認知症、腎不全、失明、足壊疽などの全身にわたる重篤な障害をきたします。

連載

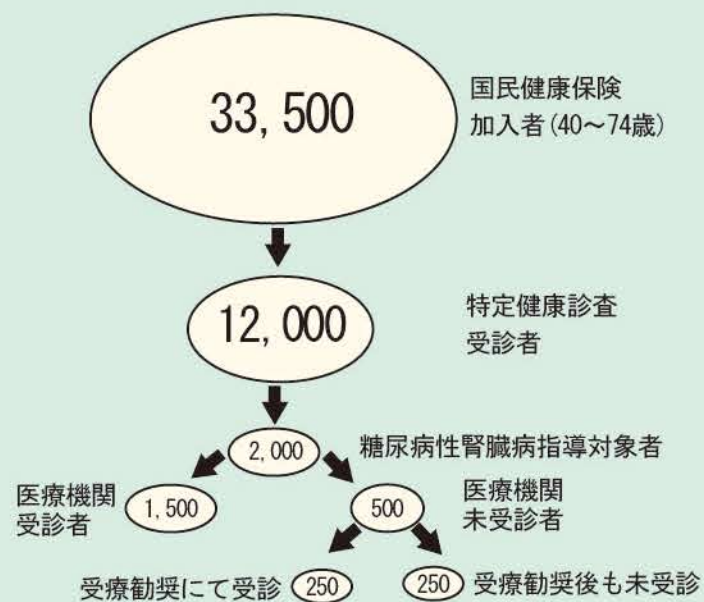
糖尿病と腎臓病 (6)

重症化予防プログラムが目指すもの

副院長
腎臓内科部長
前田 益孝

令和3年度重症化予防プログラムの実績

図 おおよその人数を示します。そもそも健診を受ける人は半数に至らず、最終的に受診を勧めても250人はそのまま放置しています。この方たちに「己の身体が晒されている危機」に気づいていただくことがプログラムの究極の課題です。



病気になるように、あるいは病気になっても悪化を防ぐ取り組みは予防医学と呼ばれています。健康診断やがん検診、そして今回シリーズで紹介した糖尿病性腎臓病重症化予防プログラムもその範疇に入ります。誤解されやすいのですが、このような取り組みは医療費を減らしたり、寿命を延ばす効果はあまり期待できず、「最低限の医療費で最大限の税金を得る」といった実利的国家戦略には適いません。

それでは何のために行うのか、その答えは多くの人たちが望むこと、「少しでも長く健康を保ち、人生を全うすること」、医療では生命の質（QOL: Quality of Life）という言葉で表わされています。

思い描く内容は人それぞれですが、現在の瞬間を「生きていて良かった」と表出できることこそ、究極の目的ということになります。そのために支障となりそうな健康上の課題を前もって克服していくことを予防医学はめざしています。

今回の記事を熱心に読んでいただける方々、あるいは重症化予防プログラムの個別指導を積極的に受けていただけるような人たちを、実はあまり心配してはいません。一方、病院新聞など目にも留まらず、大切であるべき己の健康を他人事の

ように蔑ろにしてしまう人達が気がかりです。実際、500人前後の受療対象者に医療機関の受診を勧めても、半数の方には受け入れていただけません（図）。

その人達に「自らが晒されている危険な状況」を知らしめることが最大の障壁です。立ち止まり、危うい現状に目を向けていただくには、医療者の力のみでは不十分です。断崖絶壁に置かれた我が身に気づかぬ人に、周囲の人達が手を差し延べていただくこと。そのような波及効果をプログラムは期待しています。皆様方のご協力を何卒お願い申し上げます。

昨年、興味深い報告がなされました。糖尿病で心筋梗塞や脳卒中に罹る人が少なくなり、もともと心臓病や脳卒中に罹った人が再発する率を大幅に下回っていたのです。以前に唱えられていた「糖尿病は寿命を縮める」といった定説は最早過去のこと。新たな治療が次々に開発されて糖尿病は長生きの証しになりつつあります。糖尿病であるが故に定期的に医療機関を受診する、まさに「一病息災」という言葉が現実味を帯びてきました。糖尿病を怖れずにしっかりと向き合っていいただくことを切に願い、この稿を終えたいと思います。

最終回 外来も機能分化へ

5回にわたり2024年4月から施行される「医師の働き方改革」について説明し、この改革が当院に与える影響を考えてきました。今回は最終回で、この改革とは少し外れますが、根本は同じと思える「外来機能報告」について説明します。

「かかりつけ医」制度や「紹介重点医療機関」などを導入予定

ご存じの方も多いと思いますが、当院のような病院を紹介状なしで受診すると、初診料の他に選定療養費（現在、当院では¥7,700）が課せられます。これは「初期治療は医院・診療所で、高度・専門医療は病院で行う」という医療機関の機能分担の推進とかかりつけ医の推奨を図るために厚生労働省が定めた制度で、紹介状なしに「200床以上の病院」を初診で受診した患者さんについては、通常の医療費の他に病院が定めた金額をこ負担いただくというものです。しかし、この制度があるにも関わらず、患者さんの大病院志向などで外来機能分担が進まないため、「かかりつけ医」制度や「紹介重点医療機関」などの導入が予定され

ています。

「かかりつけ医は健康に関することをなんでも相談できる上、最新の医療情報を熟知して、必要な時には専門医、専門医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師」と厚生労働省で定義されています。つまり、健康について何でも相談できる身近な先生です。病気の種類にかかわらず、まずはかかりつけ医に相談し、対応できるものは治療してもらい、対応困難な場合は専門医を紹介（紹介状を作成）してもらうことになります。このような診療体制を休日夜間でも要求されています。その後、紹介状を受け取った患者さんは専門医を受診（選定療養費は不要）することになり、治療が終了したら再び、かかりつけ医でフォローしてもらうこととなります。

紹介状のない患者さんは外来の診療内容が制限されるかもしれません

昨年度、ほぼ全ての病院が、ある一定期間の外来状況、受診者数や受診内容、検査、治療などを自治体に報告しました。先日その分析結果が県から報告された結

果、当院は紹介重点医療機関に認定される可能性が非常に高くなりました。つまり、紹介状のない患者さんに関しては、病院でなければ行えない、例えば癌治療、内視鏡検査やCTなどの放射線検査、入院や手術前後の外来診療を行う病院となり、薬処方、心電図や血液検査など診療所で行える検査の外来通院は制限されることになりました。定期的に通院している患者さんにも関係することなので、詳しい情報が分かり次第、病院内掲示板やホームページにて案内いたします。その節はご協力よろしくお願いいたします。

このような制度は病院勤務医の負担を減らす働き方改革であり、地域の診療所と病院が連携をとって効率よく診療を進める地域医療構想です。これに医師の偏在化まで解決させようとする医療の三位一体の改革が着々と進んでいます。しかし、医師以外は殆ど知らず、来年になって驚かれる方が多いと予想します。私は新型コロナウイルスの騒動が起こると危惧していますので、予め皆さんに伝えておきたく、連載しました。まだ決定していないことが多すぎますので、今後も当院ホームページや病院広告など注意していただけたら幸いです。当院は数多ある制限の中、可能な限りの医療サービスを提供する所存ですので、皆さんも適切な病院受診について御協力お願いいたします。

おいしい治療食のレシピ

JAとりで総合医療センター 栄養部

血液透析食



材料 1人分

・ご飯 150g

南蛮漬け

・さば切り身 70g
・片栗粉 適量
・揚げ油 適量(吸油率5%程度)
・ねぎ 10g
・生姜 1g
・A赤唐辛子(輪切り)適量
・Aしょうゆ 6g
・A砂糖 3g
・A料理酒 3g
・A酢 5g

春雨サラダ

・春雨 10g
・にんじん 10g
・きゅうり 10g
・Bマヨネーズ 12g
・B塩 0.3g
・Bこしょう 少々

ピーナッツ和え

・さやいんげん 50g
・Cピーナッツ粉 4g
・C砂糖 2g
・Cしょうゆ 1g

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩 (g)
ご飯150g	243	4.3	0.6	55.1	63	67	0
南蛮漬け	279	12.7	22.4	8.5	285	163	1.2
春雨サラダ	119	0.5	9.0	10.1	51	21	0.5
ピーナッツ和え	47	2.0	2.1	5.8	169	40	0.1
合計	688	19.5	34.1	79.5	568	291	1.8

作り方

南蛮漬け

1. ねぎ、生姜はみじん切りにする。水にさらし、水気をきる。
2. 1とAを混ぜ合わせる。
3. さばに片栗粉をまぶして、170℃に熱した油で揚げる。
4. 熱いうちにさばと2をからませ、30分ほど漬け込む。

春雨サラダ

1. 春雨は沸騰したお湯で袋の表示通りに湯がき、水にさらす。水気をきり、食べやすい長さに切る。
2. にんじんは千切りにする。沸騰したお湯で湯がき、水にさらす。
3. きゅうりは千切りにして水にさらす。
4. ボウルにBを入れて混ぜ合わせる。
5. 4に水気をきった2、3を加えて和える。さらに1を加えて全体を和える。

ピーナッツ和え

1. さやいんげんはへたと筋を除き、食べやすい長さに切る。熱湯でゆでて水にさらし、水気をきる。
2. ボウルにCを入れて混ぜ合わせる。
3. 2に1を加えて和える。

連携医のご紹介

海老原整形外科

院長 海老原 克彦



診療科目 整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	—	○	○
15:00～19:00	○	○	○	—	○	—

診療受付は、診療時間終了の30分前まで

休診日 日曜日・祝日・木曜日・土曜日午後

連絡先 TEL 0297-70-1500 FAX 0297-86-7611
〒300-0013 茨城県取手市台宿1-3-10

アクセス JR常磐線 取手駅東口から徒歩6分

当院は患者様への十分な傷病の説明・対応と病診連携による効率的な医療を目標として平成7年夏開業致しました。

開業して28年、骨折は若者の事故から高齢者の転倒になりました。高齢化にともない入り口は整形外科ですが、隠れた疾患が判明し出口が

他科になることも増えました。

入院・手術・検査などで、整形外科はもちろん各科の先生方、MR・CT検査などの医療連携でJAとりで総合医療センターの皆様には大変にお世話になっております。

今後もよろしくお願いいたします。

お知らせ

患者相談室をリニューアルしました

～お困りのことがありましたら、お気軽にお声掛けください～



患者相談室

病気や治療のこと、医療費や退院後のことなどお困りではないですか。

どうぞ患者相談係にお気軽にお声掛けください。お話しの内容に応じて、医師、外来看護師長、医事課長、ソーシャルワーカー、リスクマネージャー（医療安全管理者）などが対応いたします。

患者相談の受付窓口	総合案内（1階）
患者相談室	1階再来受付機の裏
対応時間	月～金 8:30～17:00 第1・3土 8:30～12:30