

クリニック通信

はなみずき



11月9日は都合により休診とさせていただきます。

10月からインフルエンザ予防接種が始まります。

西東京市特定健診を実施しております。今年の健診は12月20日までです。お早めに健診をお受けください。



糖尿病の検査は？

健診で早期発見したい病気のひとつに糖尿病があります。健診の項目では、**血糖・HbA1c・尿糖**になります。

血糖値は、採血した血液中のブドウ糖濃度です。この値は、空腹時か食後かでことなります。一方、HbA1c値は血液中のヘモグロビンについてのブドウ糖量を見ている。これは過去1-3か月の平均血糖値を反映しています。

さて、毎年健診を受けている方、このHbA1c値が昨年までと大きく変わって

いませんか？実は、HbA1cの測定値が、今年から、JDS(日本でこれまで使われていた数値)からNGSP(世界標準の数値)に変更になったためです。今年の数値から0.4%を引いた値が昨年とほぼ同じ数値になります。**0.4%以上**増えている方は、昨年より増えたと考えてください。

血糖値は、**空腹時血糖126以上随時血糖200以上で糖尿病型**。HbA1cは**6.5%以上で糖尿病型**と判断します。どちらかひとつでも異常が出た場合には、糖尿病の可能性がります。医療機関を受診してください。

日本では糖尿病または糖尿病予備軍の患者は年々増加しています。軽い糖尿病は、症状は出ません。しかし高血糖が続くと様々な臓器障害を起こします。軽いうちに対処すれば、この危険を回避することができます。

糖尿病の疑いと診断された方、必ず受診してください。



Dr. みわの一口コラム：『お・も・て・な・し!』

2020年東京五輪開催が決定しました。今更東京で五輪やなくても・・・と否定的な気持ちもありましたが、いざ決まってみると嬉しいものですね。もし目の前で世界のトップ選手の活躍を見ることができたらどんなに素晴らしいだろう。あと7年、なんとか両親にも元気でいてもらい。もしかしたら孫と一

緒に観戦できるかも・・・などと夢が広がります。スポーツに頑張っている若者たちにとってはなおさらでしょう。安部首相は、福島第一原発は安全だと世界に宣言しました。五輪のためでなく、福島の人々そして日本のために是非安全にして欲しい。そして、世界中から集まってくる人々、未来を担う若者たちのために、自分たちにできる事をして7年後を迎えたいですね。『お・も・て・な・し!』の心で。



もしかしてパーキンソン病？(その1)

これまでシリーズ「認知症から脳を守る」について述べてきました。今回からパーキンソン病についてとりあげたいと思います。

パーキンソン病のイメージはどのようなものでしょうか？パーキンソン病は怖い、認知症になる、寝たきりになる・・・など漠然としたイメージがあるようです。まず、申し上げたいことは、そのようなイメージではなくなっている、ということです。

パーキンソン病の患者さんの平均寿命は、健常な方と比べてそれほど遜色ないレベルになっています。残念ながら病気自体を治癒させることができないのですが、病気の進行も緩やかですので病状に応じた対処をしっかり行う余裕がある病気です。病気とうまく付き合っていくこと、これが大切な病気です。



最近の研究で、新しいことがわかってきました(残念ながら、これを飲めば治る、というような情報はありません)。これまで、パーキンソン病の患者さんを病気の軽いうちに見つけた場合に、早く薬を飲んでいただ

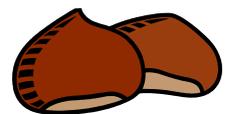
くほうが良いのか、なるべく薬を飲むのを我慢する方が良いのか、について医学的な議論がありました。

これについては、「**症状があつて困るのであれば、薬を飲むのをためらう必要はない**」という見解に定まっています。薬は怖い、と我慢するよりも、早期に診断して早期に治療を受け、よい日常生活を続けることが、病気自体にとって良いことがわかってきました。では、早く診断するためのポイントは？これについては次回に。

☆ スタッフから ☆



先日お墓参りに行ってきました。お墓の近くでは秋桜が咲き、ススキが風にゆれトンボが飛び、すっかり秋の景色。そういえば最近ススキ見かけなくなったなあと思ひながらお墓へ。待ち合わせをしていた伯母とお墓の前で近況報告をしながらお参り。にぎやかな話に祖父母も笑ってしてくれるかな。そして帰りにはいつも手作りのお土産を持たせてくれます。今回は栗の渋皮煮。『また3月ね。』と笑顔の伯母。ほんのり甘い栗と伯母の変わらない優しさに心温まる一日でした。(受付事務 S.K.)



クリニック通信のバックナンバーをご希望の方はどうぞ受付までお申し出下さい。



医療法人社団エキップ
みわ内科クリニック

西東京市下保谷4-12-2メゾン泉1F
電話 042(438)7188 FAX 042(438)7187

ホームページもご覧下さい。 <http://www.miwaclinic.net>