

自由に持ちください

池上総合病院広報誌

燈
AKARI

特集 糖尿病と内分泌の病気

2025 / Vol.06

特集

糖尿病と内分泌の病気

糖尿病

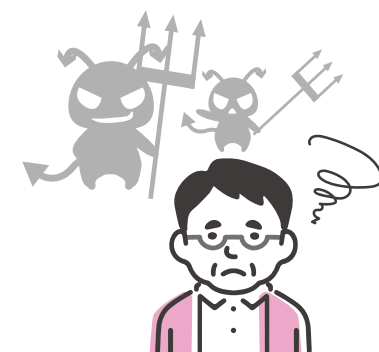
1 11月14日は、 世界糖尿病デー

毎年11月14日は世界糖尿病デーです。インスリンの発見者の誕生日にちなみ、糖尿病への理解を世界中で深めることを目的として定められました。シンボルは青い輪で、世界各地では建物が青く照らされ、糖尿病について考えるきっかけの日となります。この機会に身近な健康を振り返り、生活習慣を見直す一歩につなげてみませんか。



2 放置すると 合併症につながる

糖尿病は血糖値が高い状態が続く病気です。初期は自覚しづらいのですが、高血糖が続くと体重が減る、尿の回数が増える、強いのどの渇きが出るなどの症状が現れることがあります。この状態を放置すると目や腎臓、心臓・脳の合併症につながるため、早めの発見と治療が健康を守る鍵になります。



糖尿病は、進行するまで自覚症状に乏しくありません。健診での血糖値やHbA1cとなりります。本特集では、糖尿病の特徴、糖尿病・内分泌内科における診療体制についてご紹介いたします。

3 自覚症状がなくても 健診で発見

健康診断や人間ドックは早期発見の大切なチャンスです。空腹時血糖やHbA1c※は採血でわかり、自覚がなくても「要経過観察」や「要精密検査」と判定されることがあります。結果をそのままにせず、医師に相談することが安心につながります。

※HbA1c(ヘモグロビン・エー・ワン・シー)
直近1〜2か月の血糖の状態を示す数値



血糖値“要注意”の数値
(日本人間ドック・予防医療学会の判定基準)

項目	要経過観察	要精密検査
空腹時血糖	110〜125	126以上
HbA1c	6.0〜6.4	6.5以上

空腹時血糖=mg/dL
HbA1c=%

※大田区特定健診の基準とは一部異なります。

4 自己管理が難しくなる 高齢者糖尿病

高齢になると糖尿病治療は、インスリン注射や多くの薬、低栄養やサルコペニア(筋力低下)などが重なり複雑になります。当院では入院を活用して治療を見直し、栄養指導ではフレイル予防を重視。たんぱく質やエネルギーをしっかりととりつつ「食べる楽しみ」を守る工夫も大切にしています。さらにリハビリ科と連携して体の動きを評価しています。また、入院が難しい場合には医療福祉相談室がご家族と協力し、介護保険の申請や訪問看護の導入を支援しています。



5 一人で悩まないで、 糖尿病ケア

糖尿病は早くからの自己管理がとても大切です。食事の工夫や無理のない運動、必要に応じたお薬を続けることで血糖を安定させ、合併症のリスクを減らせます。一人で抱え込まず、一緒に取り組んでいきましょう。



当科では、自己管理の方法を学べる「学習入院」を行っています。詳細は次のページで。



糖尿病患者さんを支援する

学習入院

当科では、早期からの自己管理を支援するために「糖尿病学習入院（教育入院）」を実施しています。①**新たに糖尿病と診断された方** ②**血糖コントロールが不安定な方** ③**治療への理解を深めたい方**、を対象に、7日または10日間の入院で、医師・看護師・管理栄養士・薬剤師・理学療法士など多職種が連携し、患者さんの生活に合った「オーダーメイドのプログラム」を提供します。



糖尿病学習入院（一例）

1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
医師、看護師、 管理栄養士、 薬剤師より説明 眼科の外来受診	血液検査 歯科口腔外科の 外来受診	管理栄養士より 説明	腹部超音波検査 	医師、薬剤師より 指導、説明	必要であれば検査	看護師より説明 
【検査】体重、体温、脈拍、血圧、血糖測定 【食事療法】治療食 【運動療法】リハビリテーション 【学習】ビデオ学習						

- 入院中は間食はしないでください。
- この計画は標準的な計画であり、状況によって変更されることがあります。

学べること（多職種より学べる）

-  **自己注射、血糖測定** 医師、看護師、薬剤師から注射や自己血糖測定の練習、体調不良時の対応（シックデイ指導）
-  **食事療法** 病院食を体験しながら、管理栄養士が一人ひとりに合った食事の工夫をアドバイス
-  **運動療法** 理学療法士から、退院後も続けられる運動プログラムを提案
-  **血糖と生活の関係性** 持続血糖測定（CGM）※で生活と血糖の動きを可視化 ※皮下に装着したセンサーで血糖値を継続的に測定する医療機器です。
-  **合併症予防** 口腔と眼科のチェックで合併症予防

患者さんの声



なぜ血糖が上がりやすいのか
がわかった

自分に合った工夫が見つけられそう

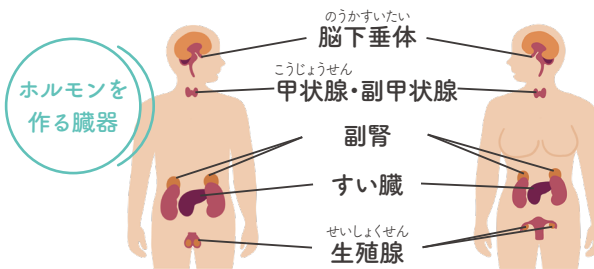


数値の改善以上に、患者さんご自身の意識が変わることが、持続可能な治療への第一歩です！

\\ 当院は検査結果が早い!! //

内分泌の病気

内分泌とは？



主な対応疾患

- ☐ 糖尿病（1型・2型・膵性など）
- ☐ 甲状腺疾患（バセドウ病・橋本病） ☐ 副甲状腺疾患
- ☐ 下垂体疾患（クッシング病・プロラクチン産生腫瘍・先端巨大症・下垂体機能低下症）
- ☐ 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）

検査・診断方法

- ☐ ブドウ糖負荷試験
- ☐ 内分泌負荷試験
- ☐ エコー検査
- ☐ シンチグラフィー

甲状腺ホルモンの採血結果や甲状腺エコーの結果は、診察当日に判明するため、迅速な診療が可能です。

*甲状腺腫瘍に関しては、必要に応じて外科で細胞診を実施し、悪性が疑われる場合には、大学病院へのご紹介も行っています。

科長

吉原 知明（よしはら ともあき）

- 日本糖尿病学会認定 糖尿病専門医・研修指導医
- 日本内分泌学会認定 内分泌代謝科専門医
- 日本内科学会認定 総合内科専門医

向田 幸世（むかいだ さちよ）

- 日本糖尿病学会認定 糖尿病専門医
- 日本内分泌学会・日本糖尿病学会認定 内分泌代謝・糖尿病内科専門医・研修指導医
- 日本内科学会認定 総合内科専門医

糖尿病・
内分泌内科



うえの内科外科医院



季節によって展示物は替えているそう

穏やかで、何でも相談できそうな親しみをもつ上野先生。リニューアルのために休診すると患者さんにご不便をかけてしまうと内装もスタッフも変えず今に至っています。上野先生は元々は外科医で東京大学胸部外科に入局し東大病院などで勤務され、その後在宅医療に8年間携わり、外科の勤務医時代には



院長 上野 克仁 先生

西馬込駅から徒歩7分、閑静な住宅街にうえの内科外科医院はあります。2022年10月に前院長から承継し3年がたちました。8割は前院長にかかられていた患者さんで上野先生に代わられてからも通院してくださっているそう。



待合室はラタン家具で統一観葉植物もあり癒やされる空間

そんな先生だからこそかかりつけ医として広く「人を診る」ことを考えているそうです。訪問診療やオンライン診療も取り入れ地域に密着した数居の低いかかりつけ医を目指しています。先生の楽しみはお父様のご実家である山梨の別宅で過ごすこと。富士山や南アルプスを臨みながら庭の草むしりや畑で野菜を栽培。スタッフにお裾分けするほど収穫できるそうです。

診療科 内科・外科・循環器内科・健康診断・予防接種・訪問診療・オンライン診療
住所/TEL 東京都大田区仲池上1丁目10-3 ラシーヌ 201 TEL:03-5748-7144

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	/	●	●	●	/	/
15:00~18:00	●	●	/	●	●	/	/	/

みなさまの地域のかかりつけ医をご紹介します。
当院は、かかりつけ医の先生と連携し、継続的な治療を行う「ふたり主治医制」を推進しております。

おばら消化器・肛門クリニック



武蔵新田駅徒歩8分のところにおばら消化器・肛門クリニックはあります。ご両親の「小原医院」を2008年7月1日に承継されました。



あたたかみのある色の待合室です！

実は奥様が設計士で院内のリニューアルは奥様をご担当されたそうです。院長の「病院らしくないクリニックにしたい」という思いを受け、居心地の良い空間になっています。小原先生の得意分野は消化器と肛門です。先生曰く肛門の病気は必ずしも手術が必要ではなく9割の方は便秘や下痢の治療、排便習慣を見直すことで改善するそうです。



おしりのことで悩んでいる方は相談にのりますので気軽に来て下さい

院長 小原 邦彦 先生

診療科 肛門科(外科)・胃・大腸内視鏡内科・内科
住所/TEL 東京都大田区矢口2-11-23 TEL:03-3750-8218

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	/	●	●	●	/	/
16:30~18:00	●	●	/	●	●	/	/	/



当院、植田医師は、
実は星空博士。
流星群の見えるときには
職員向けに
観察会を
開催してくれます。

わさだ みつる
植田 充 総合内科科長
★星の準ソムリエ
★星空天文学検定1級
★天文学検定準1級
★日本航空宇宙環境医学会認定医

冬の夜空を彩る星とふたご座流星群

冬の夜空には1等星7個(四季の中で最も)も輝いており、空気も澄んでいるため東京でもその星々たちはどれもよく見えます。加えて12月中旬頃には木星(-2.7等)と土星(0等)も肉眼でよく見える位置に上がってくるので1度に9個もの輝く星(惑星も)が観察できます。ぜひとも星空アプリを入れたスマホをかざしてみてください。その星たちの名前や惑星の位置が全部わかりますので。(シリウス、プロキオン、ベテルギウス、リゲル、ポルクス、カペラ、アルデバラン)

また、流れ星で有名なふたご座流星群の時期でもあります。国立天文台の発表によりま



すと今年は12月14日の深夜から15日朝方にかけて1時間あたり50個程度の流星が見えるとのこと。月は出ていない好条件となります。できるだけ広い範囲で空を見上げるのがコツですが、無理ならどの方角でもよいので(目を暗闇にならすのに)15分くらいは夜空を見つめてください。晴れていれば東京でも見えるでしょう。見えたらきっと感動するかも。でもその時、私はすでに眠りに落ちていると思います。

次回へつづく→



ピッツェリア エッセカ



左は、マルゲリータ
右は、ブロッコリーのピザ



曜日・時間限定でワンちゃんも入店可



2階に潜む隠れ家レストラン！

隠れ家で味わう 72時間熟成の生地×国産素材が奏でる至福のピザ

池上駅から徒歩4分、池上本門寺近く商店街ビルの2階に潜む隠れ家レストランです。2023年12月にオープン、まもなく3年目を迎えます。広々とした店内にはソファもあり落ち着いた空間です。お薦めはもちろん店名にもあるピザ! 15種類もありどれにしようか迷ってしまいます。

今回は定番マルゲリータとオーナーお薦めのブロッコリーのピザをいただきました。マルゲリータは、とにかくジュシー。トマトのほどよい酸味が口いっぱいにひろがります。生地は意外に軽くてソースのない耳の部分も香ばしく、かむほどに小麦の味が感じられます。ブロッコリーは、ソースがブロッコリー! ジェノベーゼほ

どクセがなくトッピングされたアンチョビとのマリナージュが最高で他のお店では食べられないお味です。ピザ好きが高じて独学でオープン。生地は4種類を配合、72時間かけて長期熟成をしているそうです。素材にもこだわりお肉や野菜は国産を使用。お子様メニューもあり「お子様大歓迎!!」とオーナー。そして水・金・日曜日のランチタイムはドッグデー。愛犬と一緒に美味しい本格ピザを食べることができます。なんと大用のピザもあるそうです。ピザは焼きたてをほおばるのが一番! 本門寺散策を理由に花より団子、是非こだわりのピザを召し上がってくださいね。



ピッツェリア エッセカ
東京都大田区池上4丁目28-14
Tel 03-6410-2722
水・木・日 11:00~22:00
金・土・祝前日 11:00~00:00
休/月曜日・火曜日(但し祝日の場合は営業)

健診センターからのお知らせ

大田区在住で国民健康保険に加入されている方のための健康診断です。

対象の方は大田区から受診票が届きますので、お電話にて予約の上、受診票をお持ちになり受診してください。

Topics

01

特定・長寿健康診査 大田区健診

午後健診

月曜日、火曜日、木曜日の午後に
大田区健診をご受診いただけます。



Topics

02

大田区 子宮頸がん検診

令和7年度より
スタート

対象者 大田区民の20歳以上の女性

実施日 火曜日～金曜日午前

検査内容 問診、視診、内診、頸部細胞診

自己負担金 偶数年齢 500円
奇数年齢 2,000円

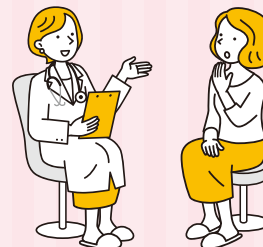


ご予約は健診センターへお電話ください

☎0120-70-6081

平日 13:00～16:30（祝祭日除く）

直接のご来院は極力控えていただきますようお願いします。



医療法人社団 松和会

池上総合病院

〒146-8531 東京都大田区池上6-1-19

TEL.03-3752-3151（代表） FAX.03-3752-2612



ホームページ



医療法人社団 松和会

池上総合病院附属クリニック

〒146-0082 東京都大田区池上6-3-10 エトモ池上5階

TEL.03-3751-6260 FAX.03-3751-6261



ホームページ