



# あさのちゃんねる

vol.52

2025年 新春号  
(年4回発行)



特集

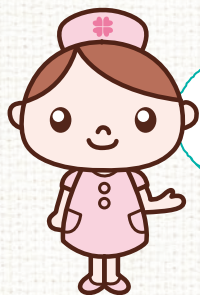
生活の質を保つ  
個別化治療が第一選択！  
糖尿病医療の最前線



連携登録医のご紹介

土原医院

院長 土原 一真 先生



糖尿病医療も  
日々進化しています！

病院の理念

救急から在宅まで、地域の医療を守り支える病院を目指します。

病院の方針

- 【地域連携】医療・介護・福祉が一体となった切れ目のない医療サービスを提供し、地域医療の充実に努めます。
- 【救急医療】断らない救急医療を目指します。
- 【予防医学】健康診断を推進し、病気の予防・早期発見に努めます。
- 【チーム医療】患者さん中心のチーム医療を実践し、安全・安心で質の高い医療の提供に努めます。
- 【人材育成】次代の医療を担う信頼される人材の育成に努めます。

# 生活の質を保つ 個別化治療が第一選択！ 糖尿病医療の 最前線

日本の糖尿病・予備軍は推計2000万人(厚労省HPより)。一般的に生活習慣に厳しい制限を要する疾患と見られていますが、糖尿病学や薬剤の進歩により血糖コントロールは以前より容易になっています。糖尿病専門医の澤村医師がその診療や最新情報について概説します。

## 老化を加速させる糖尿病、 治療は早期に専門医へ

糖尿病はすい臓から発するインスリンの量が不足している、または効きが悪いために糖をエネルギーとして体内に貯蔵できず、血中に糖が増えてしまう疾患です。

国は、定期通院される患者さんはクリニック、重症度の高い患者さんは総合病院、という診療における役割分担を推進しており、当院も令和5年8月に紹介受診重点医療機関に指定され、糖尿病に関しては、合併症があり他の診療科と連携する必要がある方や注射製剤を必要とする方、癌などの重病を患っている方を主に診療しています。

しかし、そういった方以外を診ないというわけではありません。特に健診で糖尿病や糖尿病疑いと言われた方は来院を勧めます。糖尿病の治療について正しい理解がないまま長い療養生活に入るとデメリットが多いため、総合病院の専門医による介入が必要です。かかりつけ医の紹介状を持参いただければ、なお望ましいです。患者さんの既往症、生活習慣、医療に対する考え方などがわかれば、今後の治療に反映できるからです。

一方、健診の検査値が悪くても、糖尿病初期には自覚症状がないことから診察を受けない方がいます。糖尿病が進むとあらゆる臓器や組織の老化が速くなるリスクがありますので、早めの受診をお勧めします。



内科副部長

さわむら としたか

澤村 俊孝

日本内科学会認定内科医・総合内科専門医・指導医  
日本内分泌学会内分泌代謝科専門医・指導医・評議員  
日本高血圧学会専門医・指導医  
日本甲状腺学会専門医  
日本糖尿病学会専門医・指導医  
日本プライマリ・ケア連合学会認定医・指導医  
日本病院総合診療医学会認定医・指導医

趣味

卓球

健康法

身体を動かすこと

座右の銘

一期一会

診察日

火曜の午前、水曜の午後、金曜の午前、  
土曜(第1、3、5 交代制)

## 糖尿病の診断法と 入院における個別化治療

糖尿病の診断は、空腹時の血糖値とHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー。検査以前1~2カ月の血糖値のあらましを表す値)に基づきます。HbA1cの数値に30を足して体温として捉えてみてください。HbA1cが6%ならば36℃でほぼ正常。7%ならば37℃で糖尿病リスクがあるといった感じです。しかし、36.5℃は大丈夫とはならず、6%を超えたら糖尿病予備軍です。また、空腹時血糖値がほぼ正常でも、食後血糖値が高い「隠れ糖尿病」を見つけるため、75g経口ブドウ糖負荷検査(ブドウ糖入りの飲料を飲み、その前後の血糖値を検査する)を行う場合もあります。

入院患者さんの治療には、専門医、糖尿病療養指導士、管理栄養士、薬剤師などチーム医療で臨みます。目標は血糖値を下げるだけでなく、これからの治療の方向性を患者さんと相談し、共有することです。

一般に、糖尿病の入院期間は1週間程度ですが、当院は12~14日間と長めです。入院前半は食事療法をしっかり行います。すい臓は血糖値が高くなると懸命に働いて疲弊してしまうため、食事療法とインスリン補給によりすい臓を休ませます。インスリンの分泌能力が回復する可能性もあり、これを糖毒性の解除といいます。入院の後半は、患者さんが病院の食事療法を自宅でも続けられるかどうかを検討し、患者さんの生活スタイルに応じた個別化の治療を行います。また、糖尿病全般についても学んでいただきます。

## インスリンの量や効能に起因、 重篤な合併症も多い

糖尿病の三大合併症は神経障害、網膜症、腎症です。最初に発症することが多いのが神経障害で、当院では壊疽や感染症の予防に有効なフットケア外来を行っています。看護師が30分ほどフットケアを行う間に、悩みや言い出しにくい本音を聞く事もあります。患者さんの中には、食事療法を中断してしまう人も少なくありませんが、フットケア外来の看護師と打ち解けることで食事療法を再開することもあります。



これまで、糖尿病の主な治療はインスリンの補給を日に数回必要としました。血糖値は3つの因子に左右され、一つは、すい臓のインスリン分泌能力、二つめは内臓脂肪の量・筋肉量・癌などが関与するインスリンの効きやすさ、三つめは食事や運動の療養行動です。糖尿病発症期のインスリン分泌能力は正常な状態に比べ、すでに60%に落ち、年月とともにさらに低下し、内服薬が効かなくなる場合があります。インスリンの作用が失われると臓器や組織に糖を供給できず、たとえば、脳に糖が不足すると認知症、筋肉ならばサルコペニア、心臓ならば心不全など、全身にダメージが及びます。

## 画期的、週1回注射の登場 糖尿病と共存、幸せな生涯

近年、糖尿病の治療薬は日進月歩しており、「インスリンの分泌を促す」、「インスリンの効きを良くする」など、新たな薬剤が開発されています。特に注目したいのは「週1回の注射製剤」です。血糖値を下げるだけでなく、臓器障害を抑えること、体重や内臓脂肪の減少、すい臓機能の回復など多様な効果があります。

これまで、進行した糖尿病の患者さんや重症の糖尿病の患者さんに対して、1日3~4回の頻回のインスリン療法が必要な場合もよくみられました。しかしこれらの週1回の注射をうまく使用することで注射の回数なども減らすことができる方もいらっしゃいます。注射回数の削減は患者さんの負担を軽くします。当院でもすでに採用しているもの、採用予定のものがあり、糖尿病治療は大きく変わると私は感じています。

私が医師になった16年前は、「糖尿病に寛解(症状が一時的・継続的に軽減し、治療を必要としない状態)はない」と言われていました。しかし現在では、血糖値が正常になり薬が不要となる方もいて、学会でも「糖尿病の寛解」という論文が飛び交っています。これも糖尿病患者さんにとって新たな希望になると思います。

糖尿病の最新治療を紹介しましたが、私は個別化治療が第一であると考えています。たとえば食事は人によってこだわりが異なるため、無理をせず、100点満点の食事療養でなくてもよいと思います。医師の専門知識を患者さんに提供し、「じゃあ、ここを落しどころにしましょう」と合意するような形です。持病のない人と同じ幸せな人生を送る、私はそのような糖尿病医療を目指しています。

糖尿病患者さんは血糖値のみが安定していればそれで安心でしょうか？それはNoです。本日は血糖が安定している方でも対策を知っておくべきシックデイについてお話しします。糖尿病の有無に関わらず人間は皆さん体調不良に陥ることが必ずあります。それは軽度の感冒や食欲不振かもしれませんし、重篤な感染症かもしれません。もしかすると手術が必要となることも場合によってはあるかもしれません。糖尿病患者さんがなんらかの理由で体調不良になることを“**シックデイ**”と呼んでいます。



糖尿病の方はシックデイの際には様々な悪い影響が身体に出やすいと言われています。例を挙げると下記のような影響が多いです。

- ①食事を食べられなくなり、薬剤が効きすぎて血糖値が大きく低下する  
→**低血糖昏睡**
- ②食事があまり食べられなくなるが、体のストレスホルモンのせいで大きく血糖が上昇する(肝臓などにためてある糖分が血液中に流入する)  
→**高血糖緊急症**
- ③薬剤の副作用が出現しやすい
- ④血糖値の変動にて血管合併症(脳梗塞や心筋梗塞も含む)などが出現しやすい



などが挙げられます。①と②は矛盾するように思われるかもしれませんがどちらもあり得ます。③④に関しては**致命的な経過を辿る場合もあり得ます**。このようなためできるだけこのシックデイに関してしっかりした対応が必要です。

当院の糖尿病内分泌センターの強みとして、このようなシックデイの対応に強いという点が挙げられます。シックデイの際には体調不良になった原因を適切に取り除くことが必要であり、また糖尿病の薬物療法についても一時的に調整が必要になります。小生自身は日本糖尿病学会や日本内分泌学会の専門医であるとともに総合診療に関しても専門としております。また院内の糖尿病チームもこのようなシックデイに強いメンバーが多く、これが当院の糖尿病内分泌センターの強みの1つであると言えます。

このようなシックデイになった場合には外来での適切な指導や検査・必要に応じて短期の入院も含めた対応をさせていただけるようなシステムを当院として作っておりますので、遠慮なくお問い合わせください。ただ、当院のみでカバーできる患者さんの数は限られていますので、シックデイの際にどのような対応をしたら良いのかについて、東金沢地区在住の皆様にご共有して利用いただけるマニュアルを、当院および近隣の薬局とも一緒になって作成しております(2025年4月を目処に使用して行きたいと考えております)。これを適切に利用していただくことで、東金沢地域全体として糖尿病患者さんが過ごしやすい地域を作っていければと思っております。

糖尿病内分泌センター長 澤村俊孝



# 検査部トピックス 咽頭(喉)からの検体で調べる病原体の検査

寒さの厳しい季節がやってきました。空気が乾燥し、気温の低くなる季節は様々な感染症が流行します。感染症は**ウイルス**や**細菌**などの感染で発症します。できるだけ早期にその原因微生物を特定することで、適切な診療を受けることが可能となります。

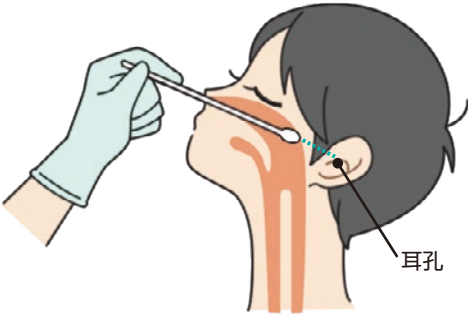
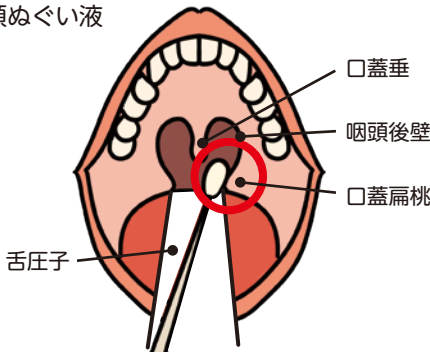
今回、呼吸器感染症の中で、当院で行っている咽頭からの検体で調べる病原体の検査、検体採取方法をご紹介します。



## 検査方法

迅速検査(イムノクロマト法)を用いています。検体中の病原体を**抗原**として直接検出します。すなわち**今、ウイルスや細菌に感染しているかどうか**がわかります。反応時間が5分~15分と短時間で判定可能です。

## 検体採取方法

<b>検出ウイルス 細菌</b>	新型コロナウイルス インフルエンザウイルス RSウイルス 百日咳菌	マイコプラズマ A群β溶連菌 アデノウイルス
<b>検体</b>	鼻咽頭ぬぐい液	咽頭ぬぐい液
<b>採取方法</b>	<p>鼻腔孔から耳孔を結ぶ線に平行に綿棒を挿入し、鼻腔の奥(突き当たる所)まで入れます。その後10秒その位置で保ちゆっくり回転させながら引き抜きます。</p> 	<p>口を開け、舌を抑えながら綿棒を挿入し咽頭後壁、口蓋扁桃を擦過します。</p> <p>咽頭ぬぐい液</p> 



発熱やのどの痛み、せき、鼻水などが現れた場合、症状のみでは原因微生物の区別がつきにくく検査が必要となります。

咽頭からの検体採取はつらかったり気持ち悪い場合がありますが、適切に採取されないと、ウイルスや菌の量が不十分のため偽陰性となることがあります。検体を採取される際は顔を動かさずにリラックスし、適切な検体採取にご協力ください。

# 地域の医療・介護・福祉機関等との連携を深める取り組み

当院は、紹介受診重点医療機関として、地域の医療・介護・福祉機関等との連携を深める様々な取り組みを通じて地域包括ケアシステムの充実、発展を目指しています。

## ◎令和6年度 地域連携交流会

■日時 令和6年11月15日(金)19:00～

■場所 ホテル金沢 2階 ダイヤモンド

■内容 □講演会(当院の強みの発信)

- ・高精度放射線治療 Versa HDとは  
脳神経外科 副病院長 光田 幸彦
- ・脳血管内治療について  
脳神経外科 副部長 廣田 雄一
- ・骨粗鬆症性椎体骨折に対するBKP治療の有用性  
整形外科 副病院長 徳海 裕史
- ・当院における温熱療法導入後2年間の経験  
外科 副病院長 中野 達夫
- ・肺癌の画像診断  
放射線科 顧問 蒲田 敏文

□意見交換会

■参加者 172名(院外101名、院内71名)

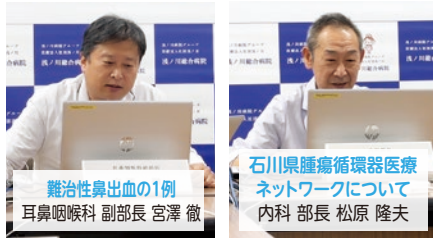
6年ぶりの対面開催となる地域連携交流会には、100名を超える多くの地域の医療・介護・福祉機関等の方々にご参加いただきました。講演会では、当院の5つの強みを発信、意見交換会では、当院の診療活動に関して、貴重なご意見やご要望をお伺いさせていただきました。

久しぶりの対面での交流会は、当院を知っていただくとともに顔と顔を合わせ、思いを伝え合う良い機会となりました。

当院は、今後も地域との連携を深める取り組みを継続し、地域の医療・介護・福祉機関等の方々や地域の方々が安心して生活できる地域づくりを進めて参りたいと思います。



司会  
内科 顧問 梅 博久



石川県腫瘍循環器医療ネットワークについて  
内科 部長 松原 隆夫

## ◎第92回 オープンカンファレンス

■日時 令和6年12月5日(木)19:00～20:00

■場所 オンライン形式(Zoom)

■内容 □症例検討(地域の先生方からご紹介頂いた6症例について検討)

- ・症例① 徐脈の1例
- ・症例② 総胆管結石
- ・症例③ レビー小体型認知症
- ・症例④ 肝弯曲部横行結腸癌による腸閉塞
- ・症例⑤ 腫瘍内出血をきたした1例
- ・症例⑥ 難治性鼻出血の1例

□病院トピックス(当院の取り組みについて)

- ・石川県腫瘍循環器医療ネットワークについて

■参加者 51名(院外18名、院内33名)

当院のオープンカンファレンスは、地域の先生方からご紹介いただいた症例から5～6症例の検討を行っています。短時間で様々な症例の検討ができることから、参加された先生方からは、ご好評の声をいただいております。

オープンカンファレンス参加者は、日本医師会生涯教育制度カリキュラムコードの単位認定が認められますので、地域の先生方は是非ご参加ください。

次回は、令和7年3月6日(木)19:00～の開催を予定しています。

## 連携登録医のご紹介

今回は、金沢市大樋町の

『土原医院』を紹介いたします。

昭和 22 年に祖父が開業し、昭和 55 年に父が継承、平成 25 年から私に加わり、地域の健康維持を目指して診療を行ってきました。当院は元々呼吸器疾患を専門にしていたのですが、現在は内科全般に対応し、浅ノ川総合病院との連携で安定期の治療も担っています。高度な検査や入院が必要な際には、迅速に受け入れていただき感謝しています。

森山・夕日寺校下は高齢化が進んでおり、通院が困難な方が増加しています。訪問診療を行っていますが、外来診療との両立で対応に限界がある場合もあります。そんな中、あさのがわ訪問看護ステーションには迅速な対応をしていただき、助けられています。また、地域医療を支えるため、元町在宅医療を考える会にも病院全体の協力もいただいております。今後も地域医療と介護を支えるために尽力してまいります。



クリニック外観



院長 土原 一真 先生

### 土原医院

診療科：内科 呼吸器内科

経歴：1996 年金沢医科大学卒業

2001 年金沢医科大学(内科学 1)修了

2004 年金沢医科大学呼吸器内科学助教

2012 年土原医院院長

#### 診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
13:30~18:00	○	○	○	/	○	/	/

休診日：日曜日、祝日、木曜午後、土曜午後

住所：〒920-0818

金沢市大樋町 8 番 1 号

電話：076-252-0471

駐車場：あり

アクセス：IR いしかわ鉄道線 東金沢駅から車で 5 分



#### 連携登録医とは

地域の医療機関と浅ノ川総合病院の相互連携を一層緊密にし、適切で切れ目のない医療の提携を目指して開始された「連携登録医制度」に登録していただいている医療機関の先生方です。

## その他のトピックス

## 栄養部おすすめレシピ

季節は冬本番を迎え、寒い日々が続いています。免疫力も低下して体調を崩しやすい時期にもなっており、体調管理には注意が必要です。そんな季節だからこそ、免疫力を高めてくれる良質なタンパク質やビタミンを積極的に摂取することを心がけましょう。



## ◆ 鶏肉と根菜のトマト煮込み

材料	量
鶏もも肉	60g
蓮根	40g
しめじ	20g
大根	40g
ブロッコリー	20g
オリーブオイル	大さじ1
コンソメ顆粒	小さじ1/2
塩	小さじ1/8
こしょう	適量

トマト缶	100g
水	200ml
料理酒	大さじ1/2
おろしにんにく	小さじ1/8

## 栄養素 (1人分)

エネルギー220kcal  
タンパク質14.9g/炭水化物15.8g  
塩分1.7g/食物繊維4.3g



## 作り方

- ①鶏もも肉は皮を取り除き、食べやすい大きさに切る。
- ②蓮根は皮を剥き乱切りにする。大根も皮を剥いて、0.5cmの厚さでいちょう切りにする。しめじは石づきを落としてほぐしておく。蓮根と大根はそれぞれ少し固めに茹でておく。ブロッコリーは食べやすい大きさに切り分けて熱湯で好みの硬さに茹でておく。
- ③深みのあるフライパンにオリーブオイルを敷いて熱し、中火で①の鶏肉を焼く。
- ④鶏肉の両面をきつね色に焼き、下茹でした蓮根と大根を加えて少し焼き目がつくように加熱していく。
- ⑤しめじとAを加えて蓮根と大根が軟らかくなるまで弱火で煮込む。
- ⑥コンソメ顆粒、塩、こしょうを加えて味を調え器に盛り、茹でておいたブロッコリーを添える。

**ポイント**▶ 鶏肉は皮を取り除くことでカロリーを控えることができます。また、野菜は大きめに切ることで、噛む回数を増やし満腹感を満たします。トマト缶を加えることで酸味が加わり、塩分が控えめでも美味しく食べることができます。

蓮根や大根などの根菜類やきのこ類には食物繊維が多く含まれているので、糖の吸収速度を遅らせて、血糖値の急上昇を防ぎますが、蓮根は炭水化物に属します。野菜として扱わず炭水化物と同類であることを意識し過剰摂取に注意しましょう。

**アレンジ**▶ 今回はトマト缶を使用しましたが、カレー粉に変えて煮込んでも美味しく食べられます(その際には水も適量加えてください)。寒い時期なので唐辛子を加えてピリ辛にすると身体が温まり代謝を高めることもできます。

## 新任医師紹介

令和6年12月に赴任された  
医師を紹介します!



放射線科

よねやま  
米山たつや  
達也

核医学、PETを専門にこれまで20年以上頑張ってきました。これからは浅ノ川総合病院にて丁寧な診療を心がけ、少しでも皆様のお役に立てるよう頑張ります。

専門分野 / PET診断、核医学診断、アイトー  
プ治療、甲状腺・副甲状腺疾患

お問い合わせ先

広報誌に関する質問・投稿・ご意見などは広報室へお願いいたします。  
TEL:076-252-2101(代) URL:https://www.asanogawa-gh.or.jp/  
メールアドレス:kouhou-1204@asanogawa-gh.or.jp

