

平成 24 年 9 月 9 日発行  
第 172 号

# 康寿診報

編集 / 発行 医療法人社団 康寿会 加藤内科医院

〒421-0301 静岡県榛原郡吉田町住吉 303-1

Tel: (0548)32-0701 緊急用:090-1758-1712 Fax: (0548)32-1280

## 「HbA<sub>1c</sub> [=ヘモグロビン A<sub>1c</sub>]の 変更について

- 勇気・自信・信念を持ち医療人として「嬌やか」に処すか <その 5 > - 」

HbA<sub>1c</sub> [=ヘモグロビン A<sub>1c</sub>]の 表示方法の変更がされます。

本院では 2012.10.1.より 院内での表示は 今まで用いていた  
**JDS 表示から NGSP 表示に変更** します。

これにより 従来の値より 0.4 程度 高い値 で表示されます。

JDS 値で 4.9%未満 NGSP 値 = JDS 値 + 0.3 %

JDS 値で 5.0 ~ 9.9% NGSP 値 = JDS 値 + 0.4 %

JDS 値で 10.0 ~ 14.9% NGSP 値 = JDS 値 + 0.5 %

具体例 : JDS 値で 7.3% NGSP 値では  $7.3 + 0.4 = \underline{7.7}$  %

・JDS [=Japan Diabetes Society:日本糖尿病学会値]

・NGSP [=National Glycohemoglobin Standardization Program:国際標準値]

特定健診 いわゆるメタボ健診では 来年 2013.3.31.までは JDS 表示で示されます。本院受診時には これらもすべて NGSP に直して 表示します。

2007年6月 欧米の糖尿病学会の専門委員会から「HbA<sub>1c</sub>[=ヘモグロビン A<sub>1c</sub>]の測定系や測定値の報告は 国際的に標準化されるべき」との発表が在り、日本糖尿病学会では「“HbA<sub>1c</sub> の測定の国際標準化”に向けた検討」を開始、2009年に「HbA<sub>1c</sub> 測定の国際標準化に関するわが国の対応」を 糖尿病のトップリーダーの意向を代表し 柏木厚典先生が発表しております。

日本のJDS値が「より正確な『夾雑物』を取り除き排除した測定法」である」という事実 この観点からは「欧米をはじめとする世界“NGSP値をJDS値に合わせる”のが 本来の筋道である」との考え “いこじ”であろうか？ 放置してきた事であるが...、糖尿病学会理事長 門脇孝氏が 2009年 WHOのHbA<sub>1c</sub>の診断基準の会議で 議長から「日本からのHbA<sub>1c</sub>に対する発言は認めない」と指摘され、糖尿病協会理事長 清野裕氏と相談し「世界の中での共同研究等で日本の不利な 孤立する立場を 早急に解除する為」タッグを組み 医師会等を説得し 2年がかりの戦略を急いで断行しての中間地点、今年2012年1月20日「日本の臨床現場に於いて“4月1日より NGSP値の採用”を発表」した後、可能な限りの 周知徹底を成して、ほとんど混乱無く、事が成されている状況の今、清野氏が「大きな混乱も無く 拍子抜け」と言っているまで 遣り尽くし・遣り越してきている事、この中に 我が国の糖尿病のトップリーダーとされる方々が 勇気・自信・信念を持ち医療人として“嬌やか”に処してきた過程、天晴れである。

「トップとしての責任・事実を正面から受け留め “事”を成す」世の常でありたい、加藤寿夫

## 《第 85 回 睦会の内容について》

10 月 6 日(土) 受付 12:30 開会 13:00  
加藤内科医院 2 階 講義室にて

今回は 1 型の糖尿病を患いながら 管理栄養士として 活躍され ガリクソン賞を受賞された齋能千夏さんをお招きし、特に 心の問題について 皆さんと共に 語り合いたいと考えております。齋能さん自身は、小児期に 1 型糖尿病を発症され、この際 母親の注射を打つ手が 震えていた事からはじまり、インスリンを個性の一部と悟られた方で、注射の種類を間違えて 低血糖対策として一晩中食べ続けたりの経験、2 型の糖尿病患者さん以上に過酷な 社会の受け入れ、その中でご本人が相対してきた悟り、そこから学んだ人間としての真義、多くの事が学べると思います。ぜひ 参加して下さい。

また 私の方からは 最近の糖尿病治療の現場での進歩 数年の動向を踏まえ 現在執筆中の 糖尿病治療の ABC [仮名] から 下記の内容を中心に 掻い摘んで話を追加させていただきます。

### 糖尿病治療の ABC [仮名] より抜粋

本書を読む前に

あなたは 医師に何を求めますか？

生活習慣病の代表といわれる糖尿病という この病気に対して、この“病”を避けて通れぬ状況、これを否応無しに求められた時、皆さんはどのような想いを抱きますか？

自分をイメージして下さい。

まずは「必要・必至の知識を持つ 医療従事者としての義務を果たす 医者であること」これは当然でしょう。

次に もう一つ 大切な点を問うてみます。

・「甘い方向へ流れる自分」これを肯定してくれる医者？

それとも

・自分を曝け出し、糖尿病という“病”と 相対し処していくことで、今の自分に プラス の導きをしてくれる医者？

さて どちらでしょうか...

あなたが 前者であれば「甘い言葉に騙されないで...」の気持ち そして「民間療法等のおいしい商売の餌食にならないように...」気を付けてくださいと 言葉を掛けます。ただし本書は 今のあなたには 向かないと 申し訳ありませんがこれが事実と 思われます。

後者であると 断言できるあなた、この本を読んだ後 意気込んで息切れしないように、治療中断というよりも 自分にできることを とにかく継続しようとの想い これを 数ヶ月・数年後 再確認して下さい。

そして 情報の渦の中 わかっちゃいるけど 楽な方へ 流されていくのが ごく普通の人間、そうはいっても...が 現実。

自分の本性を知り、糖尿病という“病”の本質を知り、一生つきまとう 一生付き合っていかなければならない病気。

黙って指示にしたがってればいい！ 薬を飲んでればいい！ これが間違いのはじまりという現実、糖尿病という“病”の本質、生活習慣病の本体、まずは これらを知って 自ら行動して下さい。

本書が「今のあなたに プラス の導きをしてくれる本？」となれるよう、試行錯誤 挫折の繰り返しの中、力を尽くしました。

...まえがき

糖尿病という病気に対して、皆さんはどんなイメージをもっているでしょうか、

- ・「美味しいものを食べ過ぎた結果の贅沢病」
- ・「太った人が主になる病気」
- ・「厳しい食事制限や毎日の運動が課せられる辛い病気」
- ・「悪化すると飲み薬や注射に頼らざるをえなくなり、人生の楽しみが失われてしまう病気？」

これらは、すべて間違いとは云えませんが、情報の洪水の中 あなたが勝手に頭の中に描く「ネガティブなイメージからくる概念」のように思われます。

確かに、糖尿病は一度発症してしまうと一生付き合っていかなければならない病気です。しかし、可能な限り 発症前の前段階から 予防を心掛ければ 病気の発症を先延ばし出来る。自分の行動により、発症しないですむことも しばしばです。

さらに 糖尿病を発病しても初期からきちんと治療をすれば、かなり長期にわたり「一病息災！」天寿を全うするまで 合併症無しの 健康な人とまったく変わらない毎日を 送ることが出来る。そんな“病”です。

ただし、このためには患者さんであるあなた自身が糖尿病のこと、自分が行っていること、己に素直に率直に、発症したら治療のことをよく理解しておかなければなりません。ただただ医師に言われるがまま、黙って指示にしたがってればいい！ 薬を飲んでればいい！ という訳では無いのです。

自分の生活の原点を見つめ直し「さぁ！ これをどう変えていこうか？」と考えてもらえれば、そして行動がともなえば、必ず良い方向に向かう。ただし ある地点を越え 合併症が固定化してしまったら 改善することは難しい...、それが糖尿病という病気です。

この本は、そんな糖尿病とその治療法について、説明しています。糖尿病とはどんな病気で、何が原因となって起こるのか、病気を甘く見ていると、将来どんなことになるのか、治療の基本となる食事療法、運動療法について、そして これまで「怖いもの」「必要悪」として語られがちだった薬物療法の 正しい姿と最新の情報について、一読していただければ、これから自分が何をすべきか、気付くことが出来るでしょう。

そして、もう一つお伝えしておきたいのは、この本を書いた私自身が、健康的で 理想的な生活を送っている人間では無いということです。糖尿病の専門医ですが、皆さんと同じように美味しいものが大好きですし、お酒だってよく飲みます。スポーツをしたり、歩いたり、時間があれば泳いだりと、積極的に体を動かすよう心掛けてはいても、「今日くらいはまあいいか」と、ラクな方に流れてしまうことだってあるのです。

けれど、そんな私だからこそ、患者さんの気持ちがわかる部分もあると思っています。ですからこの本の中では、私と同じ「今日くらいはまあいいか」と考えてしまいがちな患者さんに 参考になるような、糖尿病とうまく付き合うコツを 紹介しました。それらを活用しながら、今後の治療に取り組んでいっていただきたいと思います。

加藤寿夫

糖尿病治療のABC[仮名]は 現在執筆中で 本年 2012.11. 発行予定です

## 《看護師(若干名)募集のお知らせ》

時間 / 8:00 ~ 18:00(交代制・昼休み時間あり)・パート可  
 休日 / 日曜日・祭日・木,土曜日午後休診  
 待遇 / 各種保険完備・交通費支給・初年度年休 10 日間  
 給与 / 当院規定による(フル勤務 30 万/月・時給 1600 円以上)  
 資格 / 経験者・各種資格所有者 優遇

これから資格取得を目指す方 サポート  
 応募 / 電話にて連絡(0548-32-0701)の後 履歴書(写真添付)を連絡先を明記して 本院へ郵送

## 《診療案内》

毎日 朝 8:00 より 5 分間 阿波踊り  
 体操をしております。是非御一緒

診療時間	月	火	水	木	金	土
8 時 ~ 12 時						
15 時 ~ 18 時				/		/

「朝の挨拶」の為 一般診療開始は 8:30 からです。  
 午後の受付は 初診は 17:30 まで 再診は 17:45 まで です。  
 休診日:日曜・祝日 木・土曜の午後 月末最終日の午後

## 《第 85 回 睦会のお知らせ》

10 月 6 日(土) 受付 12:30 開会 13:00  
 加藤内科医院 2 階 講義室にて

## 《臨時休診のお知らせ》

お薬を切らさないように 気を付け下さい。  
 9/10(月)、10/12(金)・13(土)・15(月)・16(火)午前、