

きょうりつ だより



2025年9月発行

発行者／広島共立病院

Vol. 65

今回の
テーマ

放置しておくと怖い糖尿病

— 広島共立病院 糖尿病内科 もりした ひさあき 森下 尚明 医師 —



糖尿病の患者数

人間の体内では、インスリンというホルモンが血液中の血糖値のバランスを保っています。このインスリンの分泌が低下したり、働きが悪くなることで、血糖値が高い状態が長く続くのが糖尿病です。

糖尿病は大きく1型と2型に分かれ、1型は膵臓のβ細胞が壊れてインスリンがほとんど分泌されなくなるタイプ、2型は分泌が不足したり、働きが悪くなるタイプで、日本人の糖尿病患者の約95%は2型です。

日本国内の糖尿病患者数は、「強く疑われる」と「可能性が否定できない」を合わせて2,000万人と推計され、国民の6人に1人という高い数字となっています。

糖尿病が
「強く疑われる」+
「可能性が否定できない」
2,000万人

国民の6人に1人

40歳以上に限定すると
3人に1人

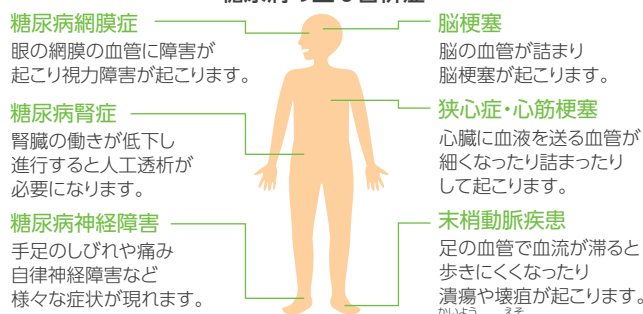
※厚生労働省「国民健康・栄養調査」より

糖尿病は様々な合併症を引き起こします

糖尿病そのものは、実は目立った症状のない人がほとんどです。そのため、かなり進行して合併症が出るまで放置してしまうことも少なくありません。糖尿病の合併症は全身にわたり、中には生命に関わったり、手や足の切断、失明、透析導入など、それまでの日常生活が送れなくなるほどの障害を引き起こすものがあります。これが糖尿病の怖いところです。

糖尿病の疑いを指摘されたら軽く考えず、できるだけ早く治療を始めて合併症の予防に努めることが重要です。

糖尿病の主な合併症



中面では糖尿病の診断と治療について詳しくご紹介します！

糖尿病の診断と治療

糖尿病の診断

糖尿病は血液検査によって明確に診断できます。健康診断で指摘されたらすぐに医療機関を受診するようにしましょう。

糖尿病型の判定数値

HbA1c	血糖値(下の3項目のいずれか)		
	空腹時血糖値 空腹の状態で検査	随時血糖値 時間を決めず検査	75gOGTT 2時間値 ブドウ糖75gを 飲んで2時間後
6.5%以上	126mg/dL以上	200mg/dL以上	200mg/dL以上

- HbA1cと血糖値がいずれも該当する場合
- 血糖値を2回測定して、いずれも該当する場合
- 血糖値が該当し、糖尿病の典型的症状または糖尿病網膜症がある場合

糖尿病と
診断

HbA1c・・・「ヘモグロビン・エイワンシー」。血液中のHbA1cの値で過去1～2ヶ月間の血糖値の平均が分かります。

糖尿病の治療

糖尿病は残念ながら、一度なってしまうと完全に治すのは難しい病気です。したがって治療の目的は、進行を抑えて合併症を予防するために、血糖を管理(コントロール)することです。血糖を上手に管理することができれば、健康な人と変わらない生活を送ることができます。

目標としてはHbA1cが7%未満であることが、合併症予防のための目安です。

食事療法と運動療法

糖尿病の原因には遺伝や感染といった要素もありますが、一番大きく関わるのは生活習慣です。戦後、日本で糖尿病患者が増えた理由として、食の欧米化による高エネルギー量の食事の摂取と運動不足が指摘されています。

したがって糖尿病の治療では、食事療法と運動療法が基本です。食事は適切なエネルギー量を栄養バランスよく、規則正しく食べ、運動は有酸素運動を中心にレジスタンス運動(筋トレのように負荷をかけるもの)を加えて毎日継続して行います。いずれも医師や管理栄養士、理学療法士といった専門家が患者さん一人ひとりに合わせてメニューを組んで指導しますので、それに沿って取り組みます。

薬物療法

食事療法と運動療法で十分な血糖コントロールができない場合は薬物療法を併用します。

薬物療法は経口薬(飲み薬)と注射薬があり、基本的には経口薬を先に用いて、それでも血糖コントロールが難しい場合に注射薬を使います(場合によっては逆のパターンもあり)。薬物には体重を減らす効果のあるもの、心血管疾患に対する予防効果のあるもの、腎臓への保護作用があるものなど、それぞれ特徴があるので、患者さんの病状に合わせて選びます。

なお、注射は基本的に患者さん自身で行うので、携帯や操作が簡単なペン型の注射器が使われています。



インスリンを補い血糖値を下げる
インスリン製剤の注射各種(見本)



膵臓に作用してインスリンの分泌を促す
GLP-1受容体作動薬の注射(見本)

血糖自己測定

血糖コントロールのためには、きめの細かい血糖値のチェックが不可欠です。毎日の生活の中で患者さん自身が行う血糖値のチェックを「血糖自己測定」と言います。これを行うことにより、インスリンや食事の調節に役立てるとともに、病気への理解がより深まるという利点もあります。

最近では自動的に血糖値を測定してスマートフォンで確認できる持続血糖モニターという機器が開発されるなど、患者さんの負担を軽減する新しい技術が次々に生まれています。



腕にセンサーを装着することにより、最長2週間にわたって自動的に1分ごとの血糖値を測定してスマートフォンにデータを送る持続血糖モニター。装着したまま入浴や運動も可能。



1型糖尿病に用いられるインスリンポンプ療法(ボタンを押すだけでインスリンが注入される)も自動化が進み、リアルタイムで注入量を自動調整してくれる機器が開発されています。

広島共立病院が連携している地域のドクターをご紹介します! >>>>>

ご近所ドクター訪問

～ 堀江内科小児科医院 ～



ほりえ まさのり (写真) ほりえ まさかず
院長 堀江 正憲 先生 副院長 堀江 正和 先生

Q クリニックの特徴について教えてください。

戦後すぐの1946年に初代が現在の場所で開業し、以来、地域がより良くなるように願いながら医療に貢献してきました。顔なじみの患者さんも多く、健康に関する様々なことで相談に対応しています。2025年から医師2名体制となり、希望される患者さんについては訪問診療も行っています。

Q 日頃から心がけていることは?

幅広い年齢層の患者さんが来られるので、それぞれに合わせた対応ができるように気を配っています。言葉遣いはもちろんですが、年齢によって疾患の傾向なども違うので、そこを考慮したよりの確な診断ができるように努めています。また、新たに糖尿病専門医が加わったことで、より専門性を活かした医療が提供できるようになりました。糖尿病治療は患者さんの意識の持ち方がとても大切なので、病気についてしっかりと理解が進むようなアドバイスも積極的に行っています。

Q 広島共立病院との連携について教えてください。

検査や入院、手術が必要になりそうな患者さんを紹介させていただいています。長いお付き合いなので、互いに顔が見える関係が構築できており、スムーズな連携がとれています。

- 診療科：内科、小児科、循環器内科、胃腸内科、糖尿病内科、アレルギー科
- 診療時間：午前／9:00～12:00
午後／16:00～18:00
- 休診日：土曜午後、日曜、祝日

堀江内科小児科医院



〒731-0138
広島市安佐南区祇園2丁目22-28
TEL:082-874-0071

広島共立病院 糖尿病内科の特徴

糖尿病は一度発症すると一生付き合っていかなければならない病気です。しかも毎日の地道な自己管理が必要で、患者さん一人でその努力を継続していくのはとても大変です。

広島共立病院の糖尿病内科では、チーム医療でそうした患者さんを支えていくための様々な試みを行っています。例えば希望される患者さんには1週間の教育入院を用意しています。この入院では、管理栄養士による栄養指導や理学療法士による運動療法のアドバイス、さらには生活習慣をどう変えていくかについて、ともに情報共有しながらスタッフと一緒に考えることで、これからの病気との上手な付き合い方を理解してもらう機会としています。

また、院内で糖尿病患者さんに向けた有益な情報発信に努

めているほか、地域連携パスを活用して、通いやすいご自宅近くのクリニックへの紹介も行っています。

医師だけでなく、糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフが多く在籍しており、一丸となってサポートしていきますので、気になることはなんでもご相談ください。

参加しませんか?

広島共立病院 糖尿病友の会「ぶどうの会」

同じ病気の患者さん同士が交流し、支え合うことでお互いに元気を分け合っています!

発足/1998年 会員数/35人 指導医/森下 尚明
年間行事/総会、1泊旅行、クリスマス会、調理実習(年2回)、ウォークラリーなど

※お問い合わせは糖尿病内科 森下 尚明まで



診察室に貼られた「フットケア看護外来」のポスター

診療案内(2025年9月版)

予約制 は事前予約が必要です。
予約可 は予約されていなくても受診可能です。

	診察開始～受付終了	専門外来等	月	火	水	木	金	土
内科 (当院に初めて 受診される方は 予約制では ありません)	9:00～11:30	総合診療内科 予約可	山肩・橋本	吉國・山肩 前谷	山肩・橋本 前谷	吉國・舟木(洋) 濱田・前谷	山肩・鷹屋 妹尾	1・3・5週 交替 (予約はできません)
		循環器内科 予約制	鷹屋・楠	塩田	鷹屋・村田		村田・楠	
		呼吸器内科 予約制		小西(花)				
		消化器内科 予約制	源	加太		西原・源(2・4週)	田中(美)(1・3週)	
		糖尿病内科 予約制	森下 山田	堀江 山田	森下 山田	福井	森下 山田	
	14:00～16:30	予約制				秦		
		血液内科 予約可				枝廣		
		循環器内科 予約制				鷹屋		
	17:00～18:30 (定期通院されている 予約の方のみ)	消化器内科 予約制				西原		
		糖尿病内科 予約制				森下		
緩和ケア内科	9:00～11:30	予約制	本家		加太・舟木(洋)	本家	加太	
脳神経内科	9:00～11:30/14:00～16:30	予約制	祢津					
精神科	9:00～11:30	予約制				山本		
リハビリテーション科	9:00～11:30	〇理学・作業・言語・ 物理の各療法 予約制	〇	〇	〇	〇	〇	1・3・5週 〇
	13:30～16:30		〇	〇	〇	〇	〇	
外科	9:00～11:30	予約可	大田垣 古川	長嶺 平野	大田垣 (受付10:30まで)	大田垣 平野・岡本	長嶺 古川	1週 長嶺・平野 3週 古川・大田垣 5週 交替
乳腺外科	9:00～11:30	予約制	重松		重松			
呼吸器外科	14:00～15:30	予約制	坪川					
心臓血管外科	14:00～16:30	予約可				倉岡／高崎 交替		
脳外科	14:00～16:30	予約制					広島大学	
整形外科	9:00～11:30	予約可	市川・濱西 五月女	田中 竹内	竹内 千田	市川・田中 五月女	田中 濱西	1週 竹内・濱西 3週 田中・五月女・市川 5週 市川・濱西
	16:00～18:30	予約可		濱西 1・3・5週 市川 2・4週 五月女		竹内 古田		
形成外科	9:00～11:00	予約可		佐々木				
小児科	9:00～11:30	☐ 小児一般 予約可	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 1・3・5週 森下
	14:00～15:00	☑ 予防接種 予約制	14:00～14:30 ☑ 森下		☐ 14:00～16:30 1・3・5週 森下	14:00～14:30 ☑ 友田	☑ 1・3・5週 森下～14:45 2・4週 友田～14:45	
	15:00～16:30	☑ 乳児健診 予約制	15:00～16:30 ☐ 森下		2・4週 友田		15:00～16:30 ☐ 森下	
	12:30～17:00	カウンセリング 予約制	島田・芳西			島田・芳西	島田・芳西	
婦人科	9:00～11:30	初診(再診) 予約可	藤本	藤本	藤本	三田尾	藤本	1・3・5週 藤本
	14:00～16:00	子宮がん検診 予約制	藤本		藤本	三田尾	藤本	↑午前も休診の場合あり
耳鼻咽喉科	9:00～11:30	予約可	津田		津田	津田	津田	1・3・5週 津田
	14:00～16:00	月・木は補聴器外来(予約制) 予約可	津田		津田	津田	津田	↑午前も休診の場合あり
泌尿器科	9:00～11:30	予約可	広島大学		広島大学	広島大学	広島大学	1・3・5週 広島大学
	14:00～16:00	予約可	広島大学			広島大学	山崎(彰)	↑午前も休診の場合あり
眼科	9:00～11:30	予約可	吉富	津村		岸		
皮膚科	9:00～11:00	予約制	森脇				渡邊	
健診	市・被爆者・協会けんぽ等 各種健診、人間ドック他 ☑ 乳がん検診(外来外科も含む)	午前 予約制	中増 桑原	大田垣 桑原	中増・桑原 ☑ 池上	桑原・友田 ☑ 池上	中増・桑原 ☑ 池上	1・3・5週 中増・大下・☑ 池上
		午後 予約制	中増	桑原	中増・桑原 ☑ 池上	桑原 ☑ 池上	中増 ☑ 池上	

※第2・第4土曜日は休診です。



アクセス

アストラムライン・JR可部線 大町駅より 徒歩約5分
中須バス停より 徒歩約3分
アストラムライン古市駅より 徒歩約5分

アストラムライン上安駅・大町駅
フジグラン緑井店前より

無料
送迎バス
を運行

病院機能評価認定
厚生労働省指定基幹型臨床研修病院



広島医療生活協同組合

広島共立病院

HIROSHIMA KYORITSU HOSPITAL

https://www.hiroshimairyo.or.jp

〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目20-20

TEL 082-879-1111(代)

FAX 082-879-6964

E-mail kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp

