



世界糖尿病デーと全国糖尿病週間

阿南医療センター 内科 栗飯原 賢一
徳島大学大学院 実践地域診療・医科学分野

11月14日は世界糖尿病デーとされ、糖尿病の予防や治療啓発のために様々なイベントが国内外を問わずに開催されています。世界糖尿病デーは1991年に国際糖尿病連合（IDF）と世界保健機関（WHO）が制定しました。11月14日は、おおよそ100年前に、インスリンを発見したカナダのフレデリック・バンティング博士の誕生日であり、糖尿病治療における画期的な偉業に敬意を表し、この日を顕彰することから始まっています。

世界糖尿病デーは、現在、世界160カ国から10億人以上が参加する世界でも有数のイベントとなっており、糖尿病の予防や治療継続の重要性について多くの方々に周知する重要な機会となっています。また我が国では、毎年、11月14日を含む一週間（月～日）を「全国糖尿病週間」として、全国各地で一般向けの講演会や健康相談、街頭での広報活動などが実施されています。各都道府県糖尿病協会や友の会が主体となり、地域単位でこれらの啓発活動が行われています。

このような背景で、象徴的な世界糖尿病デーのキャンペーンの一環として、ブルーライトアップが各地で行われています。当院でも病院玄関に青色に光るLEDの照明を使用して、ブルーライトアップを実施しました。このブルーライトアップは、世界糖尿病デーのキャンペーンに用いられている青い丸をモチーフにした「ブルーサークル」が由来です。これは、2007年から使われるシンボルマークで、国連や広い空を表す「ブルー」と、団結を表す「輪」をデザインし、「Unite for Diabetes」（糖尿病との闘いのため団結せよ）というキャッチフレーズを表しています。

2024年から3年間の糖尿病啓発テーマは「Diabetes and well-being（糖尿病とウェルビーイング）」です。ウェルビーイングはWHOによって提唱された概念で、病気の有無にかかわらず、肉体的・精神的・社会的に満たされた状態のことを指します。糖尿病のケアは血糖値だけでなく、病気や治療に伴う心理的負担などのメンタルヘルスが重要であることが近年注目される様になりました。

糖尿病の重症化予防のためには早期発見・早期治療が重要ですが、厚生労働省が2019年に実施した「国民健康・栄養調査」では、医療機関や健診で糖尿病といわれたことのある人の中で、「治療を受けていない」人の割合は、特に男性の40～49歳の働き盛り世代で最も高く、約5割が未受診または治療中断という状況です。

糖尿病には痛みなどの自覚症状が少ないことから、疑いがありながらそのまま治療を受けないケースが多くあることが、問題となっています。糖尿病の疑いや糖尿病の診断を受けた方は速やかに医療機関を受診し、早期から継続的な治療を続けて頂きたいと思います。



world diabetes day
14 November



病院正面玄関前のライトアップ（2024/11/14）



風邪の子、家でみてても大丈夫？

阿南医療センター 小児科 佐藤 宏紀

小児科の外来には、0～3歳くらいの子が多く訪れる印象です。これは、特に1歳くらいまでの乳幼児が発熱しやすいためなのでしょう。小さいお子さんは、自分で症状を的確に伝えることができないため、保護者の方が早めに受診されることが多いのだと思います。

「うちの子は、ずっと風邪を引いている」、というようなご相談がしばしばあります。それもそのはずで、こどもは年に8回くらい風邪をひき、特に秋から春先までは1か月に1回引くことも普通、とされています。また、1度の風邪が治るのに2週間程度かかることもあるので、常に風邪をひいているように感じるかもしれません。

さて、風邪のときに処方されるお薬が色々あると思います。例えば、解熱薬、咳止め、痰切り、鼻水止め、などです。風邪症状を確実に抑える効果が証明されている薬は多くはありません。特に風邪による鼻水や咳は、薬で完全に抑えるのが難しいのです。そのため、自宅でのホームケアが大事になります。例えば、鼻水で鼻が詰まって寝苦しそう、哺乳がうまくできない場合は、鼻吸い器の使用や加湿がおすすめです。咳がひどいときは**1歳以上の子限定**となりますが、ハチミツをティースプーン1杯の内服が有効です（ある報告によれば、咳止めよりも効果があったとされています）。ただし、ハチミツは乳児ボツリヌス症の懸念があるので、くれぐれも年齢は厳守するようお願いします。

一方で、風邪症状がない長引く発熱（3日以上）の場合、尿路感染症や川崎病など入院で治療する必要のある病気であることもしばしばありますので、お気軽にご相談ください。

風邪に対して病院でできることは限られますが、どういう子が早めに（≒夜間であっても）受診する必要があるのでしょうか？

一言で言えば、「**3か月未満の発熱した子としんどそうな子**」です。

3か月未満の子は、免疫が未成熟なので、重症感染症にかかっている可能性が高いため、早めの受診をお願いします。

しんどそうな子とは、目に力がない、ぐったりしている、反応が少ない、呼吸が荒い、ゼエゼエしている、顔色が悪いなどの状態が見られるお子さんです。熱があっても、「食う、寝る、遊ぶ」ができている子は、とりあえず大丈夫でしょう。これを根拠に受診を決めてもらっても構いませんが、心配な方は「Online こどもの救急」のウェブサイトを下記のように検索するか、#8000に電話相談していただけたら良いかと思います。

こどもの救急

検索

https://kodomo-qq.jp/

阿南医療センター「秋の文化祭」

広報委員会

2024年10月26日（土）、阿南医療センターにて「秋の文化祭」が開催されました。朝はあいにくの小雨模様でしたが、次第に天候も回復して最終的には600人もの方にお越しいただきました。

「俳句のお話」では、“プレバト”のごとく乳腺外科の駒木先生が応募いただいた作品を添削され、優秀作品には賞品が授与されました。医療講演「もしもの時の応急対応」では、小児科・皮膚科・耳鼻科医による普段ありがちな“もしもの時”の対応についての講演に皆さん熱心に耳を傾けておられました。また、ジャズピアニストの“瀬部妙子さん”をはじめとするコンサートでは、会場いっぱいにお集まりいただいた方々の熱気で大いに盛り上がりました。今回、初めて実施した「職業体験」も子供達に大人気でたいへん喜んでいただきました。さらに「相談コーナー」や「言葉の先生による絵本のコーナー」、「ベビーマッサージ」に「ヨガ」、そして「ヘリポート見学ツアー」と多くの方々にご参加いただきました。またキッチンカーや屋内の出店ではたくさんの方にお買い物を楽しんでいただき、多くの店で終了までに商品が売り切れたと聞いております。

今回は初めての試みも多く、色々と不手際もあったかと思いますが、多くの方々にお越しいただき大盛況のうちに終わることができました。スタッフ一同、心より感謝申し上げます。これからも文化祭をはじめ、様々なイベントを企画したいと考えておりますので、どうかよろしくお願いたします。



俳句の話



医療講演



コンサート



職業体験



阿南医療センター 外来医師診療表

令和6年11月25日現在

		受付時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	午前	8:30~11:30	澤田 誠三 (循環器)再診のみ	岡本 恵暢 (血液・総合)	中尾遼平(徳島大学) (脳神経内科)	澤田 誠三 (循環器)再診のみ	添木 武 (循環器)
			村井 純平 (血液・総合)	宮田 好裕 (消化器・総合)	栗飯原 賢一 (糖尿病・内分泌)	村井 純平 (血液・総合)	荻野広和(徳島大学) (呼吸器)
			滝下 誠 (消化器・総合)	滝下 誠 (消化器・総合)	河野 豊 (消化器・肝臓)	堀 明日香 (消化器・総合)	
			中村 信元 (血液)午後のみ	伏屋 芳紀 (呼吸器)	中村 信元 (血液・総合)午前のみ		岡本 恵暢 (血液・総合)
			小崎 裕司 (循環器・総合)	瀬野 弘光 (循環器・総合)	小崎 裕司 (循環器・総合)	瀬野 弘光 (循環器・総合)	小崎 裕司 (循環器・総合)
					板垣 達三 (消化器・総合)	宮田 好裕 (消化器・総合)	板垣 達三 (消化器・総合)
			湯浅 智之 (糖尿病・内分泌)	湯浅 智之 (糖尿病・内分泌)		栗飯原 賢一 安井 沙耶(午後のみ) (糖尿病・内分泌)	栗飯原 賢一 (糖尿病・内分泌)
リウマチ科	午前	8:30~11:30	答島 章公	答島 章公 (予約のみ)	答島 章公	答島 章公	答島 章公 (予約のみ)
	午後		答島 章公 (予約のみ)		答島 章公 (予約のみ)	答島 章公 (予約のみ)	
小児科	午前	8:30~11:30	吉本 勉	吉本 勉	上田 隆	吉本 勉	吉本 勉
			佐藤 宏紀	上田 隆	佐藤 宏紀	上田 隆	佐藤 宏紀
	午後	13:00~15:00	BCG(毎週)	予防接種	予防接種	乳児検診	予防接種
		15:00~16:00 (火~金)	育児支援外来	吉本 勉 上田 隆	吉本 勉 佐藤 宏紀	第1・第2 吉本 第3・第4・第5 上田	吉本 勉 佐藤 宏紀
※第1・第3水曜日午前中 アレルギー外来(予約制)							
外科	午前	8:30~11:30	田上 誉史	正宗 克浩 浅野間 理仁	田上 誉史	正宗 克浩	浅野間 理仁 坂本 晋一 (甲状腺外科)
	午後		手術	手術	手術	手術	手術 (心臓血管外科) 大学非常勤(予約のみ)
乳腺外科	午前	8:30~11:30	駒木 幹正 (予約のみ)	駒木 幹正 (予約のみ)	駒木 幹正 (予約のみ)	駒木 幹正 (予約のみ)	
整形外科	午前	8:30~11:30	前田 徹 (脊椎)	米津 浩 (関節外科)	吉田 直之 (関節外科・外傷)	景山 寛志 (脊椎)	鹿島 正弘 (一般・骨粗鬆症)
			阿部 勇人 (一般)	吉田 直之 (関節外科・外傷)	鹿島 正弘 (一般・骨粗鬆症)	吉田 直之 (関節外科・外傷)	米津 浩 (関節外科)
			鹿島 正弘 (一般・骨粗鬆症)	乳児検診 ※不定期	米津 浩 (関節外科)	前田 徹 (脊椎)	中井 大輔 (肩・肘関節)
			川口 真司 (一般・肩関節)		阿部 勇人 (一般)	森本雅俊(徳島大学) (脊椎)	川口 真司 (一般・肩関節)
	午後		手術	手術	手術	手術	手術
脳神経外科	午前	8:30~11:30	倉敷 佳孝		倉敷 佳孝 大学非常勤	倉敷 佳孝	倉敷 佳孝
			脳ドック		脳ドック	脳ドック	
皮膚科	午前	8:30~11:30	赤澤 啓人	赤澤 啓人	赤澤 啓人	赤澤 啓人	赤澤 啓人
形成外科	午後	13:00~14:00			大学非常勤 (受付14時まで)		
泌尿器科	午前	8:30~11:30	井上 善雄	小居 浩之	田上 隆一	井上 善雄	田上 隆一
	午後		手術	手術	手術	手術	手術
眼科	午前	8:30~11:30	手術 (予約のみ)	内藤 毅 赤岩 慶 (予約のみ)	手術 (予約のみ)	内藤 毅 赤岩 慶 (予約のみ)	赤岩 慶 (予約のみ)
耳鼻咽喉科	午前	8:30~11:30	戸田 直紀 千田いづみ (小児言語聴覚 新患)予約のみ	千田いづみ	戸田 直紀	千田いづみ 武田 憲昭 (めまい・難聴)※9:30~	戸田 直紀
	午後		千田いづみ (小児言語聴覚)予約のみ	睡眠時無呼吸 (第1・3週予約のみ) 手術	補聴器 (予約のみ)	戸田 直紀 (顔面神経)第1・3週予約のみ	手術
産婦人科	午前	8:30~11:30	産科 和泉 佳彦 婦人科 炬口 恵理	産科 牛越賢治郎 婦人科 山崎 幹雄	産科 和泉 佳彦 婦人科 炬口 恵理	産科 山崎 幹雄 婦人科 牛越賢治郎	産科 炬口 恵理 婦人科 山崎 幹雄
	午後	11:40~15:00 (診療開始14:00)	炬口 恵理	手術	和泉 佳彦	山崎 幹雄	手術
緩和ケア内科	午前		寺嶋 吉保 (予約のみ)			寺嶋 吉保 (予約のみ)	寺嶋 吉保 (予約のみ)

★ 再来受付機による受付時間

午前診察受付 午前7時30分~午前11時30分
(受付機で受付できない場合は受付カウンターにお申し出ください。)