

ちよっこしい話

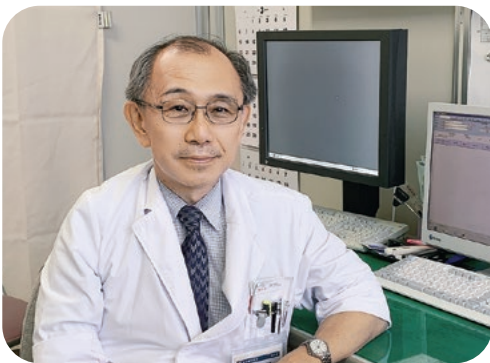
木島病院報

common disease と rare disease

Vol. 107

令和4年6月発行
発行：木島病院新聞委員会

金沢医科大学病院 内科医師 中川 淳



4月より、金沢医科大学から木曜午後、原則隔週で内科外来担当となった中川です。

私の専門とする領域は糖尿病・内分泌です。糖尿病は、高血圧に次いで患者数の多い疾患の一つであり、common disease (よくある病気) の代表です。一方、内分泌疾患の多くは日常診療で遭遇することが稀なrare disease (稀少疾患) です。本稿では“よくある”ものから“稀少”を見つけ出すことの大切さをお伝えしたいと思います。

『高血圧・糖尿病』

厚生労働省2017年患者調査による総患者数は高血圧993万7千人、糖尿病328万9千人と推計されています。これは継続的に医療を受けている患者さんの数であり、治療されていない人を含めると高血圧は3人に1人、糖尿病は成人の6人に1人とも言われます。

両疾患とも血圧・血糖の上昇のみでは殆ど症状を示しません、コントロール不良状態が続くと動脈硬化等を介した様々な合併症を引き起こし、健康寿命の短縮や早期死亡の原因となります。

『二次性高血圧・二次性糖尿病』

高血圧・糖尿病とも、遺伝と生活習慣の両者が発症に関与する本態性高血圧・2型糖尿病が大半を占めますが、他の疾患があり症状の一つとして血圧・血糖上昇を呈する二次性高血圧・二次性糖尿病を忘れてはなりません。二次性の場合、原因疾患が判明すれば高血圧・糖尿病そのものを治癒し得る可能性がある一方、漫然とした治療では予後の改善は見込めません。二次性高血圧の代表として原発性アルドステロン症という副腎疾患があり(詳細は省きますが、治療薬選択が本態性とは異なります)、初診高血圧患者さんの10人に1人とも言われる common disease です。

一方、成長ホルモン過剰状態である先端巨大症や、糖質ステロイド過剰状態であるCushing病/症候群は、二次性高血圧・糖尿病両方の原因となりますが、推定年間発症500-700人の稀な疾患です。しかし、これらの疾患はその特徴的な容姿(各々、眉弓・下顎の突出と肥大した鼻翼、満月様顔貌と中心性肥満)より、専門医でなくとも(すべての医療スタッフを含めて)疑うことができます。変形性関節症や骨粗鬆症などを併せたり、脳梗塞後遺症でリハビリ中であつたりと、注意したい疾患です。

北國銀行ハンドボール部 HoneyBee 2021-2022 シーズン&プレーオフ優勝!

北國銀行ハンドボール部トレーナー 柔道整復師 畑 圭祐

3月20日に東京で行われた日本ハンドボールリーグプレーオフで勝利し、北國銀行ハンドボール部が前人未達の8連覇を達成しました。今シーズンはオリンピックもあり、なかなかチーム全員が揃っての練習もできない中での開幕でした。オリンピック後には主力選手たちの移籍などもあり、若手選手中心のチーム構成となり苦しいシーズンになったと思います。その中でも新人選手たちの活躍や、オリンピックに出場したベテラン選手のサポートもあり、大会新記録の8連覇を達成することができたと思います。

今大会ではスタッフも表彰台に上がらせてもらうことが出来て、北岡先生と共に表彰台に上がった事は貴重な経験になったと思います。今シーズンも選手たちが万全のコンディションで更なる記録に挑戦していけるように、木島病院としても応援・サポートしていきたいです。皆さんも是非会場に足を運んで応援のほど、よろしくお祈りします!



ソフトボール大会優勝!!

理学療法士 五十嵐 大輔

日本ダービーも終わり宝塚記念の開催日を指折り数えて待つこの頃です。近況報告ですが、令和4年5月8日に石川県勤労者ソフトボール春季大会が開催されました。結果は優勝!

予選から全勝で勝ち上がり、木島病院ソフトボール部創部3年目で初の快挙を成し遂げました。創部当初の同大会では県代表チームに負けての3位で悔しい思いをしたのを記憶しています。それ以降はコロナ禍で大会を辞退していましたが、ようやく今年新たな戦力も加わって、対戦相手こ



そ違うもののリベンジする事が出来ました。夏季大会も同様の報告が出来るよう頑張りたいと思います。目標はこのメンバーで県大会出場なので、また応援のほど宜しくお願いします。これから梅雨に向かう折、みなさま体調にはくれぐれもお気を付けください。

スポーツリハビリきじま



健康運動指導士 木村 美穂 (旧姓・遠藤)

今回は、ロコトレ教室についてご紹介します。スポーツリハビリきじまでは、ロコモティブシンドロームの予防教室、通称ロコトレを毎月2回行っています。ロコモティブシンドロームとは、移動するための運動機能が低下した状態のことを指します。

今月のテーマは、「ロコモによいこと」です。内容はロコモチェック、下半身の筋トレ、栄養についてです。ロコモ度テストでは、下肢の筋力テストや歩幅のテストを行いました。

このテストは、立つ・座る・歩く・階段の昇り降りなど移動に関わる機能が年相応かどうかを評価し、将来ロコモになる危険性をチェックするものです。

ロコモを予防するためには、運動習慣（特に下肢の筋トレ）に加え、筋肉を作るたんぱく質や骨を作るたんぱく質をとり、バランスの良い食事をとることが大切です。

正しいトレーニングの方法、栄養のお話を聞きたいという方は、ぜひ参加お待ちしております。なお、スポリ八会員は無料で参加できます。会員以外の方は、一回550円となり病院受付にてチケットのご購入が可能です。みんなで一緒に楽しくトレーニングしましょう！

介護センターだより



介護福祉士 山田 貴子

皆さんこんにちは。きじま通所リハビリテーションでは、毎年5月頃から野菜やお花をプランターで育てています。今年は、ミニトマトや枝豆やひまわりを植えています。土づくりや肥料のやり方など分からないことが多く、利用者さんに教えてもらいながら行っています。水やりをしたり、支柱をする時など利用者さん同士の会話も増えたり、笑顔も多くみられます。

沢山収穫出来た時は、デイケアの昼食で提供します。今年も皆さんと沢山収穫出来ることを楽しみにしています。

職員リレー紹介

▶▶▶ 看護補助者 神林 明美 さん

清掃の仕事をしている神林です。

前任の方から紹介していただき10年目になります。

松寺町に住んでいるので木島病院からは徒歩5分、金沢市民球場も近くて、石川ミリオンスターズを応援して8年ですがコロナで3年ぶりに交流できました。

母の日のカーネーション、カープファンの私は広島出身の藤村捷人（しょうと）選手のメッセージ付きです。

今年斎藤佑樹さんは見れなかったけど、明石家さんまさんの時は昼から並んでベンチ上2列目でした。

学生時代は、後楽園球場で王貞治さんの799号が目の前に飛んできました。

BCリーグから日本海オセアンリーグになり、週末に2試合見れるようになりました。ソーシャルディスタンスが保たれているのでみなさん球場でお会いしましょう。

強かった時代のユニフォームに期待です。



木島病院ゴルフコンペに参加して!!



柔道整復師 奥平 裕登

ゴルフ部の活動は週1で仕事後の打ちっぱなし、月1~2回程度ラウンドを行っています。やり始めはボールがまっすぐ飛ばないし空振りすることもありました。今では少し上達することができたように感じます。ゴルフクラブをフルスイングし、ボールがまっすぐ遠くへ飛んだ時の気持ちよさはとても素晴らしい感触です。3月21日に木島病院のゴルフコンペにゴルフ部一同で参加してきました。

木島コンペは年に2回開催されており、私たちは2回目の参加となりました。

私は前回のコンペでは全然上手く行かずに悔しい思いをしました。そこから猛特訓し今回のコンペに参加しました。結果は多くのハンデを頂いたこともあり、なんと優勝することが出来ました!ゴルフを通して普段では関わる事の無いような方にも関わることができ、たくさん良い経験をする事が出来ました。今後も部のみんなと腕を磨いていきます。そして、5月21・22日の久門先生のプロアマトーナメント出場でみんなのモチベーションも爆上がりしています!



編集後記

梅雨入りすると雨が続きますね。『弁当忘れても傘忘れるな』北陸地方に伝わることわざですが……。みなさま、出来たら両方お忘れなく('w')ノ

木島病院新聞委員一同

木島病院

TEL (076) 237-9200

FAX (076) 237-9202

きじま在宅介護センター

TEL (076) 237-7111

FAX (076) 237-1199

健康増進施設

スポーツリハビリ きじま

TEL (076) 237-9200

FAX (076) 237-9202

〒920-0011 金沢市松寺町子41番地1

病院ホームページアドレス

<http://www.kijima-hp.or.jp/>