



会津医療センターから こんにちは！



— ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ —

【6】 糖尿病・内分泌代謝・腎臓内科学講座 教授 橋本 重厚

— ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ —

『健康寿命延伸のために』

初 めまして。私は内分泌・代謝疾患を専門とし、生活習慣病を中心に診療・研究に30年余り従事してきました。

最近の疾病構造の大きな変化は、肥満と糖尿病の急増、急速な高齢化で、会津地方は日本でも最先端です。福島県は高血圧、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病に関連する死亡が大変多く、心筋梗塞による死亡は男女とも日本一、脳梗塞による死亡も6番目と不名誉な状態です。

これには塩分摂取過多と肥満が強く関連していると思われます。コントロール不良でも高血圧や高血糖は自覚症に乏しく何の痛痒（つうよう）も感じませんが、放置すると心筋梗塞や脳梗塞など致命的合併症をきたします。たとえ死に至らなくとも、麻痺や心不全などの後遺障害、認知症、寝たきりなど介護の対象となることが多く、本人の苦痛に加え家族や地域社会にとって、人的にも経済的にも大きな負担となります。介護にあたる若い人は減少する一方で、介護を必要とする方は増える一方です。

ではどうしたらよいのでしょうか？生活習慣病は、遺伝的素因と食事や運動睡眠、飲酒、喫煙などの生活習慣により引き起こされます。この病気は根治できませんが、生活習慣の是正による疾病予防、最小限の治療薬でのコントロールが可能で、普通の生活を続けられることが特徴です。しかし、病気を持っている方に自分で生活習慣を改善しようとする意志がないと、医師や看護師がどんなに頑張っても病気を克服できません。患者さんと医療者が二人三脚で治療に臨まないと成功しないのです。

幸い会津は大変美味しい農産物に恵まれています。少しの工夫で豊かな食生活を送りながら一緒に病気を克服しましょう。なお、生活習慣改善と治療薬の使用によっても血圧や血糖がコントロールできない場合、内分泌疾患が隠れていることがあります。そんなときは担当の先生と相談し、潜在する内分泌疾患の有無を確認しましょう。当科ではそのような内分泌疾患の診断と治療を専門にしておりますので、ご利用ください。