

ひまわり

第3号
平成17年 9月
たかだ内科クリニック

<清涼飲料水症候群とは??>

当クリニックでも、すでに何人かの患者様が清涼飲料水症候群が原因で来院されています。清涼飲料水症候群とはなんでしょう？市販の清涼飲料水やジュースなどには思ったより多くの砂糖や果糖が含まれています。これらを絶えず大量に飲み続けていると、異常に血糖値が上がります。

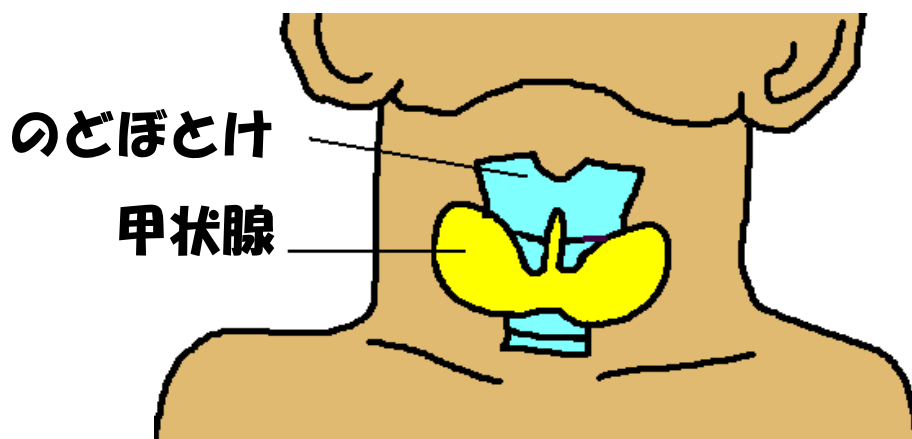
清涼飲料水などを多量に飲んだことによって、もともと糖尿病のある方は病状が悪化してしまいます。もともと、糖尿病でない方も血糖値がずっと高い状態が続くことによって糖尿病になってしまうことがあります。若い方でも、2型糖尿病が増えているのはこれが原因でもあるのです。甘いものはほどほどに飲みましょう。のどが渴いたときは、水やお茶など甘くないものを飲むようにしましょう。



分かりやすい内分泌疾患の話し (1)

★今回から 20 回程度のシリーズで分かりやすい内分泌疾患の

解説をしたいと思います★



甲状腺って何だろう??

甲状腺は“のどぼとけ(甲状軟骨)”のすぐ下で気管の前にあり、喋々が羽を広げたような形をしています。甲は「亀の甲」というように縦長で楕状のものをいいます。のどぼとけの軟骨がこのような楕状の形をしているのでギリシャ語の「盾」が語源となって甲状軟骨と名づけられ、その近くにある内分泌腺なので甲状腺と呼ばれます。

それでは甲状腺から作られる甲状腺ホルモンはどんな働きをしているのでしょうか。鳥類と人類を含めた哺乳類は恒温動物で、外界の温度に左右されず体温を保ち続けるために肝臓に蓄えられているグリコーゲンという糖を分解して熱エネルギーを作ります。この時に甲状腺ホルモンが重要な役割を担っています。そのほかにも、たんぱく質、脂肪の代謝など新陳代謝を促します。そのため、甲状腺ホルモンは常に血液の中にほぼ一定の量を保っています。ちなみに、魚類や両生類は体温を一定に保つ必要がありませんので、このホルモンによって発熱する仕組みを持ち合わせていません。魚類や両生類で血中の甲状腺ホルモン濃度が高まるのは一時的なもので、オタマジャクシがカエルにヘンシンする(変態)とき等です。

甲状腺の病気、その歴史



13 世紀頃からアルプスの山中にはヨード不足による甲状腺機能低下症のために甲状腺が大きくなる(これを甲状腺腫と呼びます)人がいることは分かっていました。中世のヨーロッパでは甲状腺腫の治療にいろいろなものが使われていましたが、その一つに海藻類がありました。もっとも、甲状腺腫の治療に海藻が効くことは、実は中国ではずっと昔から知られていたようです。

19 世紀に入って、海藻の成分のうちヨードが重要なのだということが分かってきました。

血中の甲状腺ホルモンが増加する病気については、1825 年に脈拍が速く、甲状腺が腫れ、眼球の突出した患者さんについての記録があります。1835 年 Graves(グレイブズ)が同様の症状を示した患者さんに関して病院で講演をしたという記録があります。

1840 年ドイツ人の Basedow(バセドウ)が同様の患者さんに関する論文を書いています。

甲状腺ホルモンが足りない病気については、さらに遅れて 1870 年に記載されています。治療法は羊の甲状腺をすりつぶして粉状にするとか油で揚げてフライにして食べるとよくなると記録が残っています。現在では動物の甲状腺ではなく化学的に合成されたホルモンの方が副作用もなく、製品として安定したものが得られ、しかも値段も安いのでこれが治療に使われます。

今回はバセドウ病についてお話します。

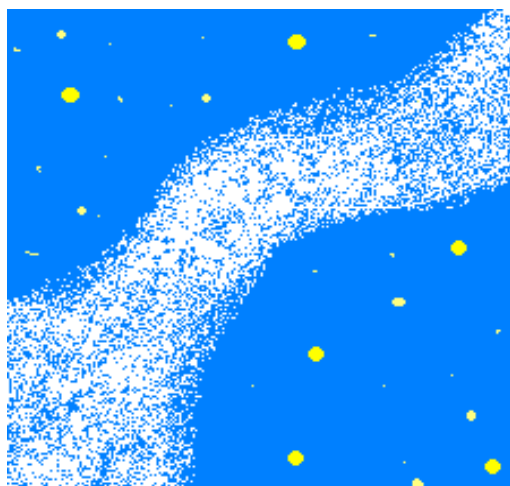
高田



(社) 日本糖尿病協会への入会をお勧めします。

(社) 日本糖尿病協会という会があります。活動内容は各種講演会・シンポジウムなどの開催、各都道府県にてウォークラリーなど健康増進行事の開催、小児糖尿病サマーキャンプ・ヤングキャンプなどの開催、各都道府県支部では、この他にもきめ細やかな支援活動を展開しています。

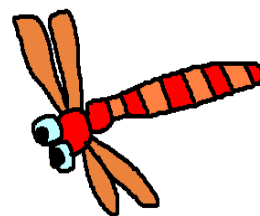
入会すると会員特典として月刊「糖尿病ライフさかえ」が定価（¥525 円）



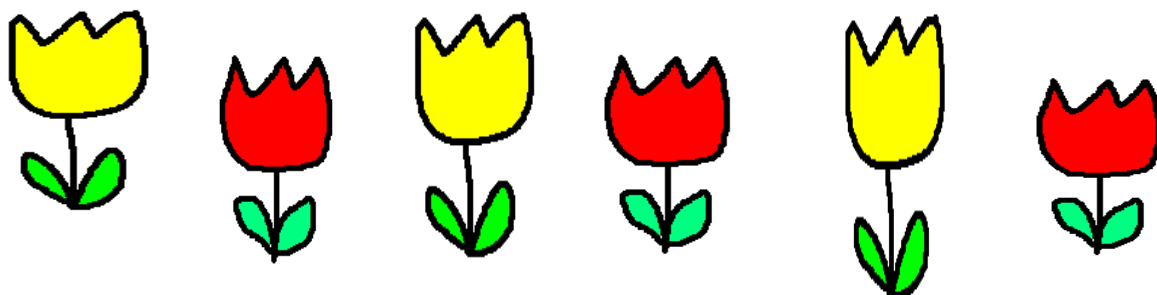
より安く購入することができます。この雑誌の内容は糖尿病療養の最新情報・食事療法を活用したクッキングレシピ、療養生活のちょっとしたコツなどなど、多彩な内容になっております。入会希望の方、興味のある方はスタッフまで声をかけてください。



健康診断してますか？



みなさま、健康診断は定期的にされていますか？特に主婦の方はなかなか、健康診断を受ける機会がないかと思います。当クリニックでは、平塚市健診の一般健診・肺がん健診を承っています。尚、肝炎につきましては対象年齢の方に限ります。平塚市からの葉書をお持ちください。異常が認められた場合は、必要に応じて対応させていただきますが、当クリニックでできない検査（CT、MRI、胃カメラなど）については、紹介状を書きますので、他の医療機関において保険診療を受けていただくようになります。



<休診日のお知らせ>

10月7日（午後）・・・学会のため

10月8日（午前・午後）・・・学会のため

11月14日（午前・午後）・・・開院記念日

（本当は11月15日です。）

☆誠に勝手ながら、この日は休診とさせていただきます。☆



☆第3回糖尿病教室のお知らせ☆

日にち：10月15日（土）

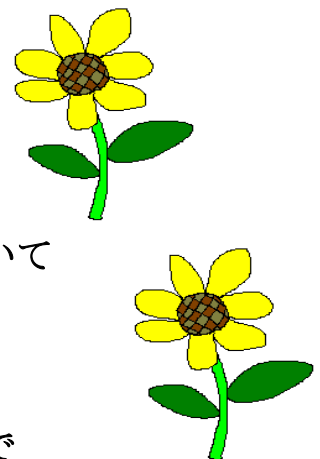
時間：10時～12時（時間厳守でお願いします）

内容：糖尿病とは・食事療法について・運動療法について

場所：待合室の一角

持ち物：筆記用具、軽い運動をしますので動ける服装で

費用：パンフレット、セラバンド（運動の器具、ゴム製）込みです。



詳しくはスタッフまで

<後記>

早いものですね。平成16年11月15日に開院して、もう、そろそろ一年。ここまで頑張れたのも、みなさまのおかげです。ありがとうございます。これからも、一生懸命にがんばりますので、どうぞ、温かく見守ってってくださいね。

まだまだ、至らない点、改善点、色々あると思います。どうぞ、厳しくご指摘してください。精一杯、誠意を持って答えていきたいと思っています。

看護師：M. J