

風通信H23年9月号

神戸市灘区六甲台町5-31カルム六甲1F
むらまつ歯科医院 (078-871-4180)

<糖尿病 知っておきたい話題>

灘区歯科医師会では、毎月「十日会」という勉強会を開催しています。今回は、最近歯周病との関連が注目されている糖尿病の講演会が、六甲道のこたに糖尿病内科クリニックの小谷圭先生をお招きして開催されました。講演の内容をかいつまんでご紹介します…高血圧の患者さんが減少傾向にあるのと反対に、糖尿病の患者さんは増加傾向にあります。世界では10秒にひとりが糖尿病で亡くなっている上に、10秒にふたりが糖尿病になっています。2007年の調査では、日本の成人の6人にひとりが糖尿病で、糖尿病患者数は世界第5位との事です。糖尿病から併発する病気として、心疾患・動脈硬化・腎障害・網膜障害・脳血管障害・神経障害などがありますが、2008年からこれらに歯周病と認知症が追加され明記されるようになりました。死亡原因としては腎障害が一番多く、悪性



腫瘍やアルツハイマーになる確率も高くなる事が注目されています。

糖尿病の検査ですが、尿検査や血糖値の検査に加えて、HbA1cのチェックが重要で、「かくれ糖尿病」の早期発見に役立っています。糖尿病の治療に関しては、早期発見と厳格な血糖値のコントロールが大切で、血糖値の変動を少なくする事が重要だとされています。また血糖値以外にも、血圧や脂質の管理もとても重要で、総合的な管理を長期的に行うよう心がけて下さい。家族歴も重要で、糖尿病の既往歴のある両親などがある場合には、早めの検査を受けた方がいいそうです。遺伝的な要因で早めに発症する場合があります。

歯科の分野では歯周病と大きな関係がある糖尿病ですが、全身状態のチェックの大切さを実感した講習会でした。

<沖縄旅行>

夏休みを利用して、沖縄に行ってきました。1歳3ヶ月のチビチビを連れての初沖縄旅行…神戸空港からテイクオフする時から愚図りまくり、授乳しながら那覇空港に到着です(笑) 国際通りをぶらぶらし



て牧志公設市場で昼御飯…意外とよかった首里城経由で万座のホテルまでレンタカーで移動です。あいにくの曇り空でしたが、直射日光がない分、子どもには良かった気がしま

す。沖縄滞在中は、ホテルのプールやビーチで遊ぶ事が多かったのですが、美ら海水族館には行ってきました。世界でも有数の巨大水槽で優雅に泳ぐジンベエザメは圧巻です！ちょうどエサやりの時間だったので、立ち上がってエサを食べるシーンも見られて



楽しかったなあ～チビチビも最後まで元気にしていましたが、神戸に帰って来てしっかり風邪ひいてました(笑) 写真が沢山撮れて幸せな沖縄旅行でした。

