

つかさ会 会報

Vol. 33
2009. 1 月発行
つかさ会事務局

つかさ会会員の皆様、新年あけましておめでとうございます。

この会報を書いています小生は、岐阜大学病院の糖尿病代謝内科の病棟医長として、入院された患者さんとの会話を大事にしています。ときに患者さんと世間話をしていくなかで、糖尿病に対するちょっとした誤解や認識不足のために療養生活にマイナスになっている事を見受けられます。そこで今年も『つかさ会』を通じて、多くの方々と繋がって、糖尿病に対する見解を良くしていきたいと考えています。昨年以上にスタッフとともに努力して参りますので、ご協力の程宜しくお願いいたします。

今回は「岐阜県糖尿病セミナー」のチラシを同封しました。岐阜県と日本糖尿病協会岐阜県支部の共催です。予約不要の入場無料ですので、つかさ会会員の方もその知人も、気軽にご参加ください。チラシの4倍(A2サイズ)のポスターも作成いたしました。どなたか「うちの店舗にポスターを貼ってもいいよ、チラシを町内で配ってもいいよ…」などご協力いただける方は、是非事務局に連絡をお願いいたします。

「糖尿病は贅沢病」といった間違っただけの認識が昭和の時代に蔓延しておりました。平成に入りもう21年目にもなりますが、未だに間違っただけの認識のままの方もいらっしゃいます。特に1型糖尿病の方や、2型でも肥満のないタイプ(日本人には多い)の方、糖尿病になったことを悲観ばかりせず、「自分らしく生きる。糖尿病とともに。(P10)」を読んでみて下さい、共感できる文章が見つかるかもしれません。

もちろん肥満が糖尿病を悪くする原因の一つである事は確かです。「メタボ」の言葉が先行して認知されておりますが、今一度復習をかねて「メタボリックシンドローム(P17)」を読んでみて下さい。読んでも食欲には勝てないかもしれませんが…。その次は「体重変化を考える(P36)」を読んでみましょう。もしもなにも考えなかったとしても毎日体重計に乗りましょう！それが大切です。とは言っても実践には道程遠く「食事療法七転八起(P24)」「これからは頑張る」を繰り返し、みんなそんなものですよ。ね。「貝原益軒の教え」に従うのはいつの頃でしょうか、と私自身も反省するところ多くあります。

一年は始まったばかりです。皆さんの生活も様々であり、病状も多彩です。決して無理はないように、しかし出来ることは継続してください。この『さかえ』を全部読む必要はないと思います。「見たい所だけ読み流す」のはどうでしょうか。

来月もつかさ会会報をお楽しみに！ 文責 川地