

# つかさ会 会報

Vol. 39  
2009. 7 月発行  
つかさ会事務局

つかさ会会員の皆様、こんにちは。

梅雨ですね、ジメジメ…。この時期には食中毒も多くなりますので、気を付けてください。下痢・嘔吐などが生じた際には、食べていなくても血糖値が上がっている“シックディ”を思い出してください。内服薬・インスリン、あなたの治療ではどれを止めなくてはいけないか、どれは続けなくてはいけないのか、御存知ですか？確認しておいてくださいね。あと意外と紫外線も強いようです、日焼けもご注意を。

6月7日は、日本糖尿病協会岐阜県支部の総会・講演会が開催され、つかさ会からも40名が参加いたしました。詳細はホームページに写真付きで掲載いたしました。このホームページですが、先日会員の方より『携帯電話のiモード』でも見ることができますよって教えていただきました。携帯をお持ちの方、試してみてください。検索はGoogleなら『つかさ会』と入力するだけで出てきます。

今月号の『さかえ』には食事の話が多いですね。新連載の“食事療法(P24)”では、健康で生きるための食事療法、適正なエネルギーと栄養バランス、表1は減らしすぎないように、体重を量りましょう。“岸朝子さんの講演抄録(P38)”でも、バランス、安心安全、経済的、何を食べてもいいけれど食べ過ぎない…。“食の安全と表示再チェック(P54)”も新連載です。“ラブおぼさんの…(P7)”は、すっかりおなじみです。毎日、食べている食事。人それぞれ好みも習慣も違います。それなのに「糖尿病」と決められた日から型にはまった食事指導、それがあなたのため！と、押しつけられるのには抵抗を感じる人が多いと思います。「まあそうは言うけれどなあ先生～、なかなか制限された食事をきちんと守るなんて長く続けれるもんやないて」と患者さんから言われました。非常に共感できる言葉です。全くその通り。しかし…難しいですね。

“体験談的糖尿病物語(P28)”この連載では作り話として書かれていますが、これと同様な実話を私は何人も知っています。必要以上に合併症を恐れるのは良くないですが、やはり体験談は心に残ります。つかさ会でも折を見ては、患者さんの実体験を広めていければ良いかなとも考えております。またご意見などを私までお願いしますね。