



つかさ会会員の皆様、こんにちは。

先日に同封いたしました、本部からの案内『ペンライト(無料)』に、沢山の方より申込の葉書を頂きました。申込まれた方は、今月号に同封いたしましたので確認してくださいね。乾電池は入っていますが、中の紙を取り除かないとライトが点きません。また、ブルーのライトを注文された方、あれっと思わず点灯してみてください。申込まれていない方、まだ在庫がありますので葉書にて申込ください。申込んだはずなのにっていない方、こちらの手落ちがあるかもしれませんが、事務局には葉書が届いていないようです。お手数で申し訳ありませんが、もう一度送って頂けないでしょうか。

『さかえ』のなかの“すてきな!?私生活(P28)”で、インスリンポンプ・持続血糖モニタリングシステムが紹介されています。川地は、どちらも岐阜大学病院の外来で担当しています。もちろん保険上、適応とならない方もいらっしゃいますが、相談なら、葉書・FAX・メールにて受け付けてさせていただきます(電話でのご相談はご容赦下さい)。



今月号の『さかえ』では、“ストレスと血糖コントロール(P10)”ここは一読の価値があります。ストレスは血糖値を上げます。これは多くの方に共通ですが、ストレスが同じであっても血糖値への影響は様々なようです。さらに「糖尿病であることや、糖尿病の治療もストレスになる」事は重要で、「糖尿病のストレスを血糖値の上昇に結びつけないために」の3ヶ条も掲載されています。生活している上では、他人からも社会からも何らかの影響を常に受けています。人間誰もがストレスを感じていることは真理です。それをどのように感じて、どのように自分のところで処理するのか、心理的などが血糖値にも影響するのです。 “強くなることだけを考える(P18)”の本文P20の2段目で「勝負どころになると緊張状態になり、血糖値は上がります…」囲碁の世界のストレスも相当なものなのでしょう。

同じく“強くなる…”のP21の1段目最後の「どうして悩んじゃうの?起きてしまったことは仕方がないのだから、早く病気を受け入れて、何ができるかを考えたほうが…」このように強く発言する陰に、16歳の少女はどれくらい悩み、泣いてきたのでしょうか。“頼高先生シリーズ第2弾(P24)”の「頼高先生からのアドバイス」で紹介されているYHさんの体験談もいいですね。個人的には“すてきな!?私生活(P28)”の患者さん日記もいいですね、本音が医師⇄患者さんへのメッセージで垣間見られます。

悩みどころはさておき、もうすぐ夏ですね。“夏に気をつけよう!(P34)”は読み易く書かれています。判っていることかもしれませんが、まあ読み流してみましようよ。

