

健康テラス

がんばれ! にっぽん! コロナに負けるな!!

糖尿病性腎症について

「血糖値が高くて何が悪い」

明確に答えられる人は少ないのではないのでしょうか。

血糖値が高くても無症状ですし、すぐに実害があるわけではありません。しかしこれが「血糖値高め」を放置しやすい一因ではないかと思うのです。

糖尿病は、血液中の糖分過剰が長期間にわたり続く病気です。過剰な糖分が血管の中に流れ続けていると、動脈硬化が起こります。血管の壁に糖分が染み込み、活性酸素が発生して壁が酸化、変性するなど傷んでいくことがメカニズムの一つと考えられています。

動脈硬化の影響を受けやすい、細い血管が集中している代表的臓器の一つがじん臓です。

糖尿病が主な原因で、じん臓の中の細い血管が動脈硬

化をきたし、劣化して働きが悪くなる状態が「糖尿病性腎症(とうにようびょうせいじんしょう)」であり、重大な糖尿病の合併症(実害)であります。じん臓は再生しませんので、ダメージが進めば、ダメージを受けていない部分をどんどん酷使することになり、ますます機能を失っていきます。

血糖値を下げるのが、何にいいことなのか考えることが大切です。自分の血糖値を見直して、きれいな血液を巡らせてみませんか。



川崎医院
川崎 智子 先生



咳喘息

皆さんは、ご自身が風邪を引いた後に咳だけが長引いたことや咳がなかなか止まらず相談されたことはないでしょうか。このような状態の時に、咳喘息と診断されることがあります。

咳喘息と診断されるには、咳が少なくとも3週間以上持続しており、かつ喘息患者の症状発症時に聞こえてくる喘鳴(呼吸時にゼーゼーとかヒューヒューを伴うこと)や呼吸困難感がないことが必須となります。さらに、喘息の治療薬である気管支拡張剤が咳に対し有効であることも必須です。肺癌や肺結核、慢性閉塞性肺疾患などがないことの確認は必要となります。これらのことを基準に咳喘息と診断します。

咳喘息は気管支喘息の亜型として捉えられ、別疾患として扱われています。また、咳喘息は治療を受けずに放置し

ていると30~40%の割合で気管支喘息に移行すると考えられます。吸入ステロイド薬はこの移行を低下させます。

一般に咳が8週間以上持続する場合、慢性咳喘と判断されます。その原因疾患には、咳喘息、アトピー咳嗽、咽頭アレルギー、逆流性食道炎、感染後咳嗽などがあります。感染後咳嗽に対する有効な薬剤はなく、自然治癒を待つしかありません。治療方法がない咳嗽もあることも知っておいてください。



しもぐち内科
下口 和矩 先生



お詫びと訂正

広報ながよ8月号34ページ「健康テラス」のコーナーにおいて、成田内科医院の先生の名前に誤りがありましたので、本号にて訂正いたします。

関係者の皆さまにご迷惑をおかけしましたこととお詫びいたします。

誤 成田内科医院 成田 祐介 先生

正 成田内科医院 成田 裕介 先生