

糖尿病 ワンポイントアドバイス

「糖尿病による腎臓の病気」

糖尿病は、日常の血糖コントロールがきちんとできていれば、怖い病気ではありません。しかし、自覚症状がないまま病状が進行するため、そのまま放置してしまったり、不適切な治療を行っている、5年、10年たつうちに深刻な合併症を引き起こすことになります。今回は糖尿病三大合併症の一つ、腎症についてご紹介します。

腎臓は、血液をろ過して不純物を取り除き、それを尿として体の外に排泄し、血液をきれいにしてくれる臓器です。それ以外にも、血圧を上げるホルモンを分泌して血圧の調節をしたり、赤血球を作るためのホルモンを分泌したり、骨を丈夫にするビタミンDの働きを活発にする役割があります。

腎臓は糸球体とよばれる糸のように細い血管の塊がたくさん集まった組織で、この糸球体で血液中の老廃物がろ過される仕組みになっています。高血糖がつづく、この糸球体の血管が硬化し血管が狭くなると同時にろ過作用が低下し、だんだんとタンパク尿が出るようになり、ついには尿が出にくくなって、老廃物が体にたまって尿毒症という状態になります。尿毒症になると、ようやく自覚症状が現れ始め、吐き気や嘔吐、下痢、呼吸困難、食欲不振、貧血、筋肉の痙攣、皮膚のかゆみ、しびれ、すぐに疲れてしまうなどで、ひどいと意識障害となり生命の危機にさらされます。

腎症がここまで進行してしまうと、透析をしなければ生命を維持することができなくなってしまいます。現在透析を受けている人の数は全国で28万人、その

3割が糖尿病腎症によるもので、年間新規透析患者数で見ると、3万7,000人中1万6,000人(2008年)と、4割強にも及んでいて、透析導入原因のトップを占めています。1人の患者さんが1年間透析療法を受けるのには500万円以上の医療費が必要となります。

早期の腎症を発見するためには、微量アルブミン尿検査が有効です。この検査は、非常に微量のタンパク(アルブミン)を、感度のよい方法で尿から見出す検査方法ですが、検査を受ける人にとっては、一般の尿検査の方法と変わりありません。少なくとも年1回、この検査を受けるようにしましょう。そして、血糖コントロールを良好に保つことが、腎症の予防のうえでも大切なことです。過食、高タンパク食、高塩分食が腎機能低下を助長する因子として知られています。いずれも食事さえきちんと対応していれば防げることです。

このような現状を踏まえて、2012年度診療報酬改定で糖尿病透析予防指導管理料が算定されるようになりました。糖尿病患者さんに対し、外来で医師と看護師又は保健師、管理栄養士等が連携して、重点的な医学管理を行うことについて評価を行い、糖尿病患者の透析移行の予防を図るといふものです。三重病院でも、糖尿病患者さんの腎臓を守るために透析予防診療チームを結成し、透析予防に当たる予定です。

(糖尿病内科 荒木 里香)

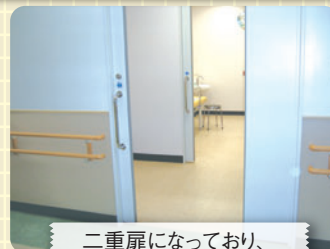
● 糖尿病教室は、7月・8月お休みに
● させていただきます。

医療安全管理室からのお知らせ 3 “外来での感染予防対策”

外来は、さまざまな疾患の方が多く行き来する所なので、感染対策には注意しています。感染予防の基本は手洗い、うがい、マスクの着用とされているので、患者さま各自で行っていただくことが一番の感染対策となります。

今の時期は、溶連菌感染症やアデノウイルス等がはやり始める一方で、ロタウイルス等冬から春にかけてはやる胃腸炎もまだ折見られます。また風疹が例年の2倍発生している状況です。

私達は、まず患者さまから症状をお聞きし、感染症の疑いがある方や反対に新生児等免疫力の弱い患者さまには、感染予防のため通常とは別の診察室や待合室でお待ちいただいています。診察室・待合室は、換気システム作動の下、その都度、部屋やベッドの消毒、清掃を行い清潔な環境を整え感染予防に努めています。



二重扉になっており、換気も独立しています。



ベッドで休むこともできます。ナースコールがついているのでいつでも呼んでください。

また、看護師は、採血や注射などの処置の時手袋を着用しています。これは感染防止策の一環でありますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

外来スタッフ一同、感染防止に努めていますが、気になる点などございましたらご遠慮なく各受付にお申し出下さい。

(外来医療安全推進担当者 伊藤 光代)