

自由が丘横山内科 クリニック 院内新聞

第6号
平成18年
3月

平成十八年三月七日(火)とかちプラザにおいて『第十四回糖尿病講習会』とすると通院を続けられるだろうか?』を開催しました。今回の講習会では、実際に定期受診ができない方の例

糖尿病とは……
症状が無い
一生の付き合い
ずっと通院???



全国の糖尿病患者は760万人
そのうちの半分は通院していない!!!

どうして通院を続けなければいけないのだろうか?
たまにはサボっても、良いのでは?

をあげて、日頃皆さんが病院受診や健康管理についてどのように考えていらっしやるのか、ご意見をいただきながら進められました。

どうすると通院を続けられるだろうか?

全国で糖尿病が強く疑われる人はおよそ760万人いますが、そのうち半分の人しか通院していないのが現状です。糖尿病との一生の付き合いの中でどのように過ごし、年を重ねていけば健康的な日常生活をおくれるのか考えてみましょう。
**外来にまじめに来る人
来ない人**
昨年一月〜二月に当院を

受診した糖尿病患者の方のうち、調査期間中(九ヶ月間)、約九割の人は予約日どおりに受診しています。残り一割の人は何らかの理由で予約どおりに来院することができなかったり、通院を中断したりしていました。

調査した九か月間で、まじめに外来に通院した人の方が良いHbA1cや血圧を維持しているという結果がでました。実はこの二つは脳梗塞や心筋梗塞を早く招く最も重要な因子なのです。
定期受診できない理由

予約どおり受診ができない原因は、いろいろあります。聞いてみました(裏ページ参照)。予約日を意識していない、体調が変わらない、仕事で都合がつかない、休みがとれない、家族の介護、

経済的な負担…ひとりひとりの患者さんの抱える事情はそれぞれに異なります。

しかし、主人公はほかの誰でもなく自分自身です。“病院にかかって糖尿病を治してもらおう”のではなく、“病院を上手に活用して、糖尿病を自己管理する”という考え方が大切です。

必携! 糖尿病健康手帳

病院でお渡ししている「糖尿病健康手帳」は何科のどの医師にかかる場合も必ず持参し、直接医師へ見せてください。手帳は、その人のエッセンスが詰まっています、情報を共有し診療に役立てることができる、

いわば
“携帯カルテ”
なのです。



「おくすりの手帳」や、薬局から処方された薬に添付される薬剤情報提供用紙も糖尿病健康手帳と一緒に必ず携帯して下さい。

質問箱



予約日をあまり意識してなくて…

予約日をカレンダーに書くとよいですね
薬で治療している人は、
薬がなくなる前に受診しましょう
電話で診療時間の確認をすると安心ですね

糖尿病の薬がきれても体調は変わりません

体調だけで血糖コントロールの状態はわかりません
例えば口が渇くという症状は
血糖が 500-600 以上まで悪化して初めてでてくるのです

毎月受診するのは経済的に厳しいのですが

4月から薬価が安くなります。ジェネリック医薬品(後発品)に変更することで薬代が安くなることもあります。
複数の病院にかかっている方は検査が重複しないように検査結果をどの病院でも提示することが大切です

出張先で病院に行こうと思ったが、
どの病院へ行ったらよいか分らなかった

クリニックに連絡をもらえれば調べて紹介できます
転勤・転居の場合も相談してください
どうしても受診できない場合には薬の郵送にも対応しています

定期受診の重要性
●糖尿病で重要な事は、きちんと治療を続けることです。受診は自分の身体のため
の大切な仕事だと考えて予

定を立てましょう。
●自覚症状がなくても自分の身体がどのような状態なのか、医療機関を活用して定期的に検査を受けましょう。血糖コントロールを評価し、毎日のコントロールにつなげていきましよう。
《院長より》
今回の話は、定期通院が難しい方には是非考えていただきたい内容です。糖尿病の通院をさぼる、放置する、というのは、全国的に大きな問題となっています。通院の予定を立てるのは、医師ではなく自分です。予定を立てづらい折には、予定日より余裕を持って処方を受けて下さい。薬が切れる前に受診する”ことが原則です。糖尿病は、患者にと



っては一生のお付き合いです。私共は、皆様が糖尿病と付き合うのに、何らかで力になれば、と常に考えていますので、糖尿病との永い付き合いの中で、疑問などあれば何時でも聞いて下さい。
編集後記
すいぶんと寒さも緩み、春の訪れが待ち遠しい今日の頃です。今回の講習会ではスタッフが司会進行を務めました皆さんいかがでしたか。今後講習会で取り上げてほしいテーマや、講習会へのご意見・ご要望はお気軽に院長、スタッフまでお寄せください。
第十五回糖尿病講習会は平成十七年六月開催予定です
奮ってご参加ください

