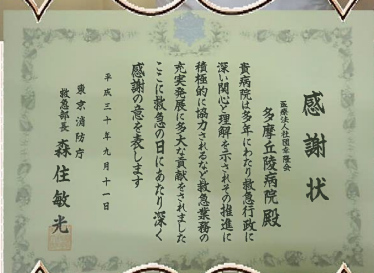


救急業務の功勞として東京消防庁救急部長より
感謝状をいただきました！！



島津院長と町田消防署新藤署長



たまきゅう便り

発行
多摩丘陵病院
広報委員会
町田市下小山町
1491

当院では、2次救急医療機関として、救急患者の受け入れ態勢を構築し近隣住民の方をはじめ、町田市民の身体・生命をお守りするため職員一丸となって救急業務に邁進してまいりました。その救急業務の功勞が認められ東京消防庁救急部長より感謝状を、平成三十年九月十一日に町田消防署新藤署長より島津院長がいただきました。大変名誉なことであると共に、身の引き締まる思いであります。今後皆様のご期待に添えるよう努力していく所存でございますのでよろしくお願い申し上げます。

第2回多摩丘陵病院 地域交流まつり

開催日時：10月27日（土） 入場無料

13:00～16:00 小雨決行

開催場所：多摩丘陵病院・第一駐車場

多摩草むらの会

草むら音楽隊
バンド演奏

健康管理部／
リハビリテーション部

簡易健康チェック
（身長・体重・血圧・BMI・
体組成測定）

認知症検査
体力測定

上根神社・白山神社
お囃子グループによる

お囃子

忠生第一
高齢者支援センター

コーラス
ストレッチ体操

スワンカフェ
& ベーカリー町田2号店

パンの販売

消防署 消防車展示
防火服着衣体験

ジュエ・インドアテニス
ミニテニス体験

警察署

パトカー・白バイ
展示・体験乗車！

お問い合わせ窓口

広報委員会事務

電話：042-797-1511

その他、キッズコーナーもあります！
イベントは変更になることがあります。
飲食物以外基本無料です。
ぜひ、ご参加下さい！



今年も百衛消防技術発表会に出場しました！



選手と村上恵一先生（右から2番目）



選手と今回ご指導いただいた町田消防署忠生出張所橋本所長（お世話になりました）

毎年実施されている町田消防署・町田防火管理者研究会が主催する百衛消防技術発表会に今年も出場いたしました。当院理事で町田救急業務連絡会会長の村上 恵一先生も来賓として招かれ昨年11月1日に落成した町田消防署新庁舎にて行われました。総勢25チームが参加し白熱した競技会となりました。当院からは、指揮者として診療技術部 野口 聖人 事務部 田邊 陽祐の2名が選手として出場し優良賞をいただきました。



糖尿病についてのお話



今回は糖尿病のお話をさせて頂きたいと思います。でもお薬や数値の細かい話はしません。ご自身やご家族が糖尿病の方、つい食べ過ぎてしまう方、水分補給に甘いジュースを選択してしまふ方、運動が苦手な方など、皆さまにぜひお聴きいただきたいと思います。

糖尿病ってどこの病気？

『糖尿病』って、どんな病気か皆さんご存知ですか？『尿』の中に『糖』が出てしまう病気』というのは、間違いではありませんが正解ではありません。日本には約1,000万人もいるとされている糖尿病ですが、みなさんこの病気は「どこの」病気かご存知ですか？「脾臓？」確かに脾臓からのインスリン分泌が不足してしまう病気ですが、サンカク△！ 正解は・・・「血管」の病気です。

あなたは何のために〇〇をするの？

小学生のころ、特に理由もなく毎日学校に行き勉強をしていました。でも成長したある時「自分は何のために勉強しているんだろう？」と考えることはありますよね。理由もなしに夜遅くまで試験勉強を頑張ることは難しいものです。理由が見つからず頑張ることをやめてしまう方も多はず。目的が曖昧で成果の見えにくい努力はとても大変です。では糖尿病は？何のために栄養管理や運動、薬物治療をしなければならないのでしょうか？「血糖値を下げるため？」違います！

答えは「全身の血管を守って、合併症を防ぐため」です。その方法として血糖値を下げます。糖尿病と診断された方の多くは、一生この病気とお付き合いをされるでしょう。はじめは自覚症状もなく、成果も見えにくい病気の治療を何年も続けることはとても大変だと思います。ですから、何のために血糖を下げるのか、その目的をしっかりと理解することは、治療のスタートにとっても大切なことです。合併症を出さずに寿命をまっとうする。それがこの病気の治療目標です。

合併症って？

血糖が高い状態を長い期間 放置していると、どんどん血管が傷つきます。逆に出来るだけ良好な血糖のコントロールを維持すれば、合併症の発症を防ぐことができます。

細い血管が傷んで出る合併症がいわゆる三大合併症です。

①神経障害（しびれ、痛み、壊疽など。立ちくらみや尿の出が悪くなるなどの症状も）

②網膜症（目の奥にある光を感じる網膜に障害がおこり、放置すると失明）

③腎症（体に不要な老廃物をうまく尿に出せなくなり、放置すると透析が必要に）

また太い血管が傷つくと、始めはしなやかだった血管が古くなったカチカチのゴムホースのように硬くなってしまいます。これが動脈硬化です。進行すると血流が悪くなり血管が詰まり、その血管の下流には酸素が届かず組織が死んでしまいます。これを梗塞といい、脳梗塞や心筋梗塞などの命にかかわる病気になるリスクが高まります。



はじめが肝心！糖尿病教室でお待ちしています

合併症を自覚してから病気と向き合い治療に真剣に取り組んでも、残念ながら合併症が出ていなかった頃に戻ることは出来ません。治療の目標は合併症の発症を少しでも防ぐことです。自分で畑をたがやなくても、狩りにいかなくても、コンビニに行けばすぐに食べ物が手に入ってしまう飽食の時代、この病気にかかるリスクは皆さんにあります。糖尿病の知識や、治療に最も大事な「食事」のこと、次に大事な「運動」のこと、ぜひ少しでも早くたくさんの方に知ってほしいと願っています。

当院では糖尿病についての理解を深めて頂くことを目的として2週間1クルールの糖尿病教室を開催しています。入院せずに興味にある内容だけ参加することも可能です。（栄養科のみ有料・要予約）教室は医師、看護師、管理栄養士、理学療法士、臨床検査技師、歯科衛生士、薬剤師が担当して、それぞれの専門分野に関する内容となっています。詳しくは院内1階薬局前の教室の予定表やホームページ（チーム医療）をご参照ください。ご興味のある方は、院内スタッフまでご相談ください。お待ちしております。

多摩丘陵病院 薬剤科 免出麻里