

名医が語る

# 備えあれば 憂いなし

糖尿病予防編

糖尿病の予防はできるだけ早く発症リスクを見いだすことが大切です。川田敏夫先生に糖尿病予防のポイントについてうかがいました。

予防医学に力を入れ  
糖尿病を未然に防ぐ

糖尿病になる要因には、遺伝的要因と環境的要因があります。前者の場合、血縁者に糖尿病患者がいる人は、糖尿病の発症リスクが高くなります。「そ

こで当院では、本来は糖尿病の診断に使われる経口精密糖負荷試験を健康診断の一つとして受けてもらい、今後、糖尿病を発症しやすいかどうかの予測に役立てています。この試験は、午前中2時間をつかってブドウ糖ジュース服用30分前と、服用30分後、90分後、120分後の計4回、血糖値とインスリン値を

## PROFILE

川田クリニック院長(群馬県)

川田敏夫先生

かわだ・としお 1987年群馬大学医学部卒業後、同泌尿器科入局。95年より家庭医を志す。2000年より伊勢崎市民病院で内科・皮膚科・糖尿病・胃カメラの後期臨床研修を受け、05年より現職。日本糖尿病協会療養指導医、家庭医療専門医、日本泌尿器科学会専門医、日本透析医学会専門医など。医学博士。



患者さんからの高度な質問にも答えられるよう、日々スタッフも積極的に医療情報を取り入れ知識量を増やしている。



測定する検査です。」

糖尿病になりやすい人は、早い段階での対策が重要です。「わずか0.5kg体重が増加するだけで糖尿病発症リスクが高まります。治療を目的とする目標体重は現在から5%減量した体重です。糖尿病治療薬は多々ありますが、当院では5%減量できる作用のある糖尿病治療薬を積極

的に採用しています。」

また体重管理は薬に頼るだけでなく、食生活に気をつけることも大切。高血圧や脂質異常症にも精通する川田先生は開院当初から、食事と病気の関係性について、正しい知識の啓蒙に力を注いできました。「私は元々泌尿器科医。主に食事と前立腺がんの関係性について学び、食

生活と病気の予防のつながりに興味を抱きました。正しい食生活を送ることで様々な病気を予防することができるといふ思いは、現在も当院の診察方針に引き継いでいます」と話します。

家庭医の視点から  
全身病としての糖尿病を診る

「『糖尿病は発症する前から介入する』という予防の概念が大事。かといって、糖尿病を発症したら手立てがないわけではありませぬ。悪化させず、どう合併症を予防すればいいか、その考えをもてば未来は開けます。そうした言葉からは、糖尿病だけでなく、家庭医として地域の患者さんを支えるという川田先生の強い信念と優しい気持ちを感じられました。」

これからは予防医学の時代です。  
将来の健康はあなた次第。

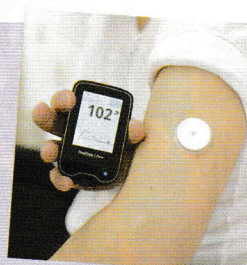
川田クリニックにぜひ  
お手伝いさせて下さい!

川田 敏夫

## 病気や年齢にとらわれず、楽しく生きて欲しい

「近い将来、糖尿病の医療のあり方にも変化が訪れる」と川田先生。その一例が右の写真のような「ウェアラブル端末」です。「これまで糖尿病の患者さんは、自己血糖をリアルタイムかつ簡便に測ることができませんでした。しかし、ウェアラブル端末の登場・普及に

よって、いつでも血糖値を簡便に自己測定できるようになるでしょう」。自身の情報を自由にもつことによる、患者さんが主役の時代が訪れつつあります。「このことを現在の患者さんにも意識していただき、明るい未来の医療を共に見据えて欲しい」と語ってくれました。



簡単に血糖値を測ることができる「FreeStyle リブレ」というフラッシュグルコースモニタリングシステムを導入。腕部に装着したセンサーに本体をかざすと、血糖値が本体画面に表示される。