暮しの健康

成人病を考える⑤
ふえる―糖尿病

Kさんは四十六才、今まで病気らしい病気をしたことがありません。毎日元気に働いていました。村の循環器検診で『尿に糖が出ています』と言われて、たいへん驚きました。血糖検査もすすめられ受けました。

Kさんのように、特に何の自覚症状もない人が、糖尿病検診を受けて、糖尿病と診断されることもありますが、一般には、次のような症状で気づくことが多いものです。

口やのどがかわく、尿の回数が多くなる、甘いような尿臭、だるい、やせてきた、食べてもまだ食べたい、皮膚の病気が治りにくい、いつまでも痛みのつづく神経痛など、全身にわたりさまざまな自覚症状があらわれます。

糖尿病は全身の病気、とよく言われますが、これはホルモンの一種である、インスリンのはたらきが、弱ったために、体内にとりこまれる栄養素が、じゅうぶんはたらかなくなった状態になるからです。力のもとになる糖分のとりこみが、うまくいかなくなりますが、これにつづいて、たん白質、脂質の代謝も、影響を受けます。

このインスリンというホルモンは、胃の裏側にあるすい臓から分泌されます。そして糖分が、体内で燃えて、力をだすために、重要な役割を果たします。その人の、インスリンの能力に応じた食べかた、体の動かしかたをして、すい臓のはたらきを、弱めないようにすることが、たいせつになります。これは糖尿病の予防にもなります。

薬さえ飲んでいれば、とか、どうせ一生治らない、糖尿病では死ぬことはないなど、安易に考えたり、諦めたりしないでください。

無理のない食べかたや薬の力を借りた生活で、元気に働き続けることができます。食べものについては、絶対にいけない――というものは何もありません。食べる量とかたよらず食べることが、たいせつです。そして、病気を悪化させずに、余病を少くして、長生きしましょう。

尿に糖が出たからといって必ずしも、糖尿病とは決められません。糖尿病の診断の決め手となるのは血糖検査（糖負荷試験）です。空腹時、糖分をとって一時間後、二時間後の血液中の糖濃度、尿糖、自覚症などを合わせて診断します。尿に糖が出たことのあるかた、糖尿病で治療中のかたも、病状がどの程度、改善されたかの目やすになりますので、是非一度、血糖検診をおすすめします。

村では、毎年一回、八月に早朝から実施しています。医師・栄養士・保健婦が、食事療法・運動療法・薬物療法についてご相談を受けますので、ご利用ください。

8月の救急外科医院

日	曜日	住所	名称	電話
7日	第1日曜日	吉田町	県立吉田病院	02569(2)5111
14日	第2日曜日	新潟市	中央病院	0252(45)4101
21日	第3日曜日	吉田町	県立吉田病院	02569(2)5111
28日	第4日曜日	巻町	町立巻病院	02567(2)3111

乳児検診

期日　8月24日（水）
場所　役場第二会議室
受付　午後1時～1時30分
対象　昭和51年10・11月，昭和52年4，5月生まれのもの
前回未受診者

二才児検診

期日　8月25日（木）
場所　役場第二会議室
受付　午後12時45分～1時15分
対象　昭和50年5，6，7月生まれのもの
前回未受診者

停電のお知らせ

次の地域が作業停電となります。ご協力ください。

◎8月10日　9時～正午
夏井、牛島の全部
◎8月30日　9時～14時
富岡、津雲田の全部と原、和納の一部

今月の心配ごと相談日

八月一日　間瀬専光寺
相談員　五十嵐浄尊
〃　岡本　正明
八月十日　岩室村役場
相談員　渡辺　洞雲
〃　佐藤九三九
八月二十日　夏井公会堂
相談員　阿部　ヤノ
〃　佐藤九三九
八月二十五日　岩室公会堂
相談員　石添　義雄
〃　青柳　正彦
時間はいずれも午後一時から四時まで。

おめでた　おくやみ

氏名	年令	死亡月日	世帯主	部落
青柳キヨノ	84	6・8	一男	間瀬5
藤田めぐみ	1	6・9	一郎	潟上
渡辺由平	72	6・16	セツ	石瀬
本間久八	64	6・16	シノ	間瀬7
遠藤栄太郎	92	6・19	立栄	夏井
本間マセ	77	6・23	国三	間瀬7
後藤マツ	90	6・25	義男	岩室

うぶごえ

氏名	生年月日	保護者	部落名
佐藤昭宏	5・22	成喜	高橋
佐藤達哉	5・23	満	岩室
小林綾子	5・26	嘉夫	植野新田
小林優子	5・26	〃	〃
宮川陽子	6・8	清	間瀬6
石塚智也	6・11	功	和納10
竹内紀彦	6・14	清	和納6
大越和明	6・20	光男	和納8
浜浦芳子	6・21	平鉦	和納3

おめでた

氏名	前住所	新住所
金子（相場）照男	橋本	橋本
誠子	燕市	
渡辺（飯田）雪明	石瀬	石瀬
吹井（鬼木）清	弥彦村	
郁代	和納栄4	和納4

おめでた　おくやみ
5月31日まで
6
30