



新型タバコは有害です！！

INDEX

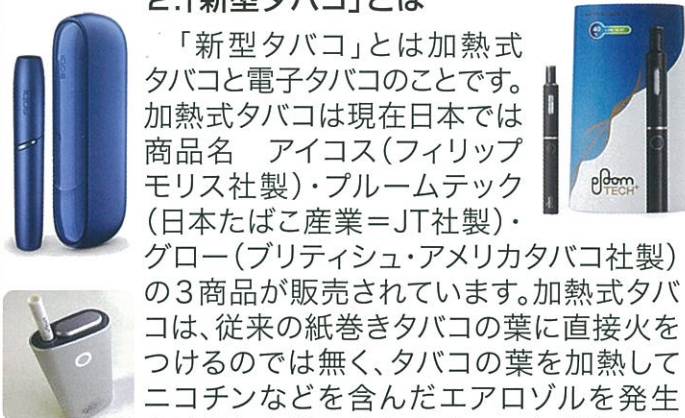
| | |
|-------------------|---|
| 新型タバコは有害です!! | 1 |
| 臨床検査室の紹介 | 2 |
| 「妊娠糖尿病」を正しく知ってほしい | 3 |
| 外来診療担当表 | 4 |
| 編集後記 | 4 |

1. はじめに

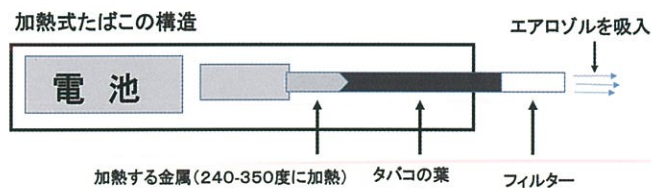
近年「新型タバコ」という商品が、「無煙で有害性を90%低減する」・「紙巻きタバコより新型タバコのほうが安全」・「受動喫煙がない」などの宣伝にて急速に販売量が増加しています。では本当に「新型タバコ」は害がないのでしょうか？

2. 「新型タバコ」とは

「新型タバコ」とは加熱式タバコと電子タバコのことです。加熱式タバコは現在日本では商品名 アイコス(フィリップモリス社製)・プルームテック(日本たばこ産業=JT社製)・グロー(プリティッシュ・アメリカタバコ社製)の3商品が販売されています。加熱式タバコは、従来の紙巻きタバコの葉に直接火をつけるのではなく、タバコの葉を加熱してニコチンなどを含んだエアロゾルを発生させそれを吸い込むタバコです。電子タバコは吸引器に専用の溶液を入れ、加熱器で熱して発生したエアロゾルを吸い込むタバコです。日本では溶液の中にニコチンは含まれていません。



加熱式たばこの構造



3. 「新型タバコ」誕生の舞台裏

1950年代から喫煙と肺癌の因果関係が明らかになり、その後喫煙と、各種の癌・疾病との関連が明らかになり、米国を始め、先進国では、健康のため喫煙率は低下してきました。日本でも遅れはしたが、喫煙率は低下してきた。しかしタバコ産業は東南アジアなど経済新興国に販売量を増加させ、世界全体ではタバコ生産量は増加しています。タバコ業者は先進国の紙巻き葉タバコの販売減少に対す

る新規タバコ販売戦略として「新型タバコ」の販売を強化しています。

4. 新型タバコは健康被害がないか？

① 新型タバコには有害物質が含まれていますか？

新型タバコは、紙巻きタバコと同じ有害物質が多く発生していることが、科学的に明らかにされています。さらに紙巻きタバコに含まれていない新たな化学物質が存在し、有害性があり、健康に影響することが明らかになっています。

② 新型タバコは紙巻きタバコよりも害が少ないのでしょうか？

新型タバコの有害物質レベルが紙巻きタバコよりも低い可能性があることは事実です。しかしタバコ関連疾患の危険が減ることを証明した研究結果は出ていません。また現在紙巻きタバコを使用している人が紙巻きタバコを完全にやめて新型タバコだけを使うようになるかどうか不明です。もし今までタバコ製品を使用しなかった人々に新型タバコが広まったなら、タバコ製品使用による健康影響の総量は、減るどころか、かえって大きくなるでしょう。

③ 新型タバコは禁煙の役に立ちますか？

新型タバコもタバコ製品なので、紙巻きタバコ喫煙をやめて新型タバコに代えても、禁煙は出来なんでしょう。紙巻きタバコをやめて新型タバコに乗り換えた喫煙者がその後新型タバコだけを使用するようになるというタバコ産業の主張には根拠がありません。このテーマを解明するためには、タバコ産業とのつながりのない研究を進める必要があります(WHO=世界保健機構「タバコによる世界的大流行に関するWHO報告書2019年版」)新型タバコが日本では広がっていますが、健康に害のある製品です、広がらないようにしましょう。

(内科医師 近藤 芳正)



臨床検査室紹介

当院検査室は、臨床検査技師7名・看護師3名の10名が在籍しています。臨床検査技師は検体検査業務、健診検査／生理検査業務、外来採血業務（PM）を行っています。

看護師は中央採血室にて外来採血業務（AM）を行っており、高度な採血技術・コミュニケーション能力にて患者様が安心して採血できるよう務めております。



検査業務の紹介



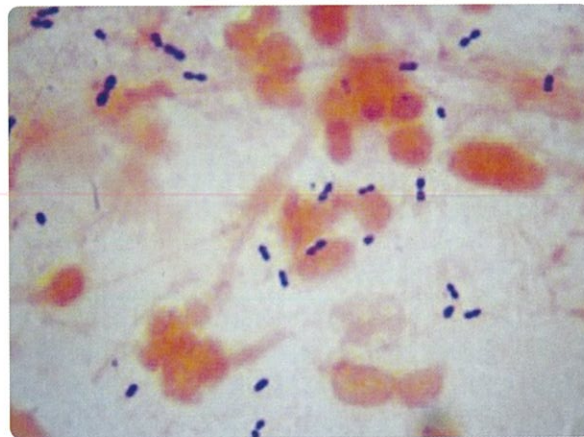
外来・入院患者様・健診の受診者様の検体のほぼすべてを院内の臨床検査室にて検査しており、精度を保証し、正しい検査結果を提供する為日々研鑽しています。また、糖尿病療養指導、ICT活動（感染対策）などのチーム医療活動も行っています。

臨床検査には検体検査（生化学・免疫・血液・輸血・細菌・一般・病理）と生理検査があります。血液・尿・便などの検体を用いて調べる検査を検体検査、患者様と直接接することにより体の状態を調べる検査を生理検査と言っています。

例えば、細菌検査では咳が長く続く・痰がでる・微熱が続くなど（他にも色々ありますが）といった症状が出た場合、痰や血液・尿等を用いて病気の原因となる菌がいるかどうか、その菌に効くお薬は何であるのかを調べるための検査を主に行っています。また、薬剤性耐性菌の出現に注意し、院内の感染管理に役立つ情報をいち早く提供することも、大きな役割と考えています。



細菌培養検査の様子



細菌を色素により染色(肺炎球菌)

検査のために、たくさんの採血・採尿、そして時には何回かお願いすることもあります。ご理解・ご協力をお願い致します。

(臨床検査室 上村 まどか)

「妊娠糖尿病」を正しく知ってほしい…



妊娠糖尿病と診断されたことについてある妊婦さんは「ごめんない」と話しました。続けて「暑くなって、夜アイスクリームを食べることが時々あった。それがいけなかったのかな？自分の生活が良くなかったから、妊娠糖尿病って言われて、赤ちゃんにも夫にも迷惑をかけてしまう…。だからごめんなさいって思います」と涙を浮かべて話されました。

糖尿病は今や国民病と言われ、日本人の5人に1人は糖尿病かその予備軍と言われています。その原因は生活習慣における「過食」「運動不足」「喫煙」「不規則な生活」「肥満」などが、テレビでもよく取り上げられるのを目にします。糖尿病には1型糖尿尿、2型糖尿病、その他の糖尿病、そして「妊娠糖尿病」の大きく4つに分けられます。前述した生活習慣病と言われるのは主に2型糖尿病を指します。

では妊娠糖尿病とはどのような糖尿病なのでしょう？

妊娠糖尿病の診断基準は一定の砂糖水を飲んで、その前、1時間後、2時間後の血糖値を測定して診断します。その基準はそれ以外の糖尿病とは大きく異なり、表1によるととても厳しくなっています。

表1 妊娠糖尿病の診断基準

| 測定ポイント | 砂糖水を飲む前 | 砂糖水飲んで1時間後 | 砂糖水飲んで2時間後 |
|-------------------------|------------|-------------|-------------|
| 血糖値 | 92mg/dL 以上 | 180mg/dL 以上 | 153mg/dL 以上 |
| 上記の1点でも当てはまれば「妊娠糖尿病」と診断 | | | |

妊娠糖尿病と他の糖尿病は何が違うのでしょうか？なぜ妊娠糖尿病になるのでしょうか？

妊娠すると誰でも血糖値が上がります。それは妊娠によって胎盤が作られますが、その胎盤から出るホルモンが血糖値を下げる「インスリン」の働きを悪くします。また胎盤そのものが「インスリン」を壊す物質を出すため、どの妊婦さんも血糖値が高くなりやすいのです。これに対し、多くの妊婦さんは自分の膵臓から「インスリン」を出して血糖値を下げるのですが、それが追い付かない場合、どうしても血糖値が上がってしまいます。つまり妊娠糖尿病は生活習慣により発症するのではなく、妊娠そのものが血糖値を上げやすくなり、そこに追い付かない体質が大きな原因となります。冒頭でご紹介した妊婦さんは「糖尿病」＝「生活習慣病」というイメージが強く、診断されたことで自分を責めていました。この方に限らず、「妊娠糖尿病」と言われたことで、周りの家族から「生活習慣が悪かったからなってしまったんだ」と批判的に言われてショックを受けた方もみえました。

しかし、「妊娠糖尿病」はなぜこのような厳しい診断基準となっているのでしょうか？

表1の診断基準で当てはまらなかった「正常群」と1点以上当てはまった「妊娠糖尿病群」において、周産期合併症(=赤ちゃんに起こる状態)の頻度を表2に示します。

表2 「正常群」と「妊娠糖尿病群」における周産期合併症の頻度(%)

| | 正常群 | 妊娠糖尿病群 |
|-----------------|------|--------|
| 早産(37週より早く生まれる) | 6.4 | 9.4 |
| 帝王切開 | 16.8 | 24.4 |
| 新生児低血糖 | 1.9 | 2.7 |
| 新生児黄疸 | 8.0 | 10.0 |
| 巨大児 | 8.5 | 16.6 |



約1.5倍!

妊娠期は血糖値が高くなりやすい反面、妊娠期に血糖値が高いと周産期に様々なリスクがあります。お母さんと赤ちゃんが元気に安全に出産を迎えることができるためには、血糖値を厳しい基準で維持していくことがとても大切になってきます。

そして、もう一つ大事なものは、「妊娠糖尿病」のお母さんは出産すると、血糖値が正常に戻ることが大半です。しかし、産後妊娠糖尿病を発症した人は、発症しなかった人に比べて7.43倍2型糖尿病を発症すると言われています。そのため、産後、糖尿病になりやすい過食や運動不足、肥満といった生活習慣を管理することが糖尿病発症予防となります。

血糖値を管理していくため生活の変化や糖尿病になりやすいという将来を持つ妊娠糖尿病と診断される方は妊婦の12~14人に1人と言われています。妊娠期は不安定な感情になりやすく、さらにその中で「妊娠糖尿病」と診断されることは、とても衝撃的であることは想像できます。多くのお母さんが「妊娠糖尿病」と診断される現状の中、お母さんご自身が自分を責めてしまわないように、また周囲のご家族やお友達が正しい知識で、そんなお母さんを支えてあげていただきたいと思います。

(糖尿病看護認定看護師 早川 ゆみ)

外来診療担当表

令和元年 10月1日現在

午前の部

受付時間... (月～金) 8:30～11:30 (土) 8:30～11:00
診察時間... (月～土) 9:00～

| 診療科 | 診察室 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|-----------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-----------------|--------|
| 内科 | 予約診療 診察室 C01 | 消化器・総合診療 山田 誠史 | 呼吸器 近藤 芳正 | 老年・脳卒中 細江 雅彦 | 呼吸器・消化器 近藤 芳正 | 呼吸器・肝臓 近藤 芳正 | * * * |
| | 予約診療 診察室 C02 | 循環器・不整脈 松野 由紀彦 | 総合診療 吉田 力 | 消化器・総合診療 山田 誠史 | 循環器・不整脈 松野 由紀彦 | 総合診療 吉田 力 | * * * |
| | 予約診療 診察室 C03 | 老年・脳卒中 細江 雅彦 | * * * | 総合診療 市川 伸也 | 循環器外来 交替* | * * * | * * * |
| | 医療連携・初診 診察室 C05 | 呼吸器・消化器 近藤 芳正 | 循環器・不整脈 松野 由紀彦 | 総合診療 吉田 力 | 消化器・総合診療 山田 誠史 | 老年・脳卒中 細江 雅彦 | * * * |
| | 初診・予約外2 診察室 C06 | * * * | * * * | * * * | 総合診療 大塩 学而* | 総合診療 大塩 学而* | * * * |
| | 初診・予約外1 診察室 C07 | 総合診療 市川 伸也 | 総合診療 新多 恵子 | 総合診療 市川 京子 | 総合診療 市川 京子 | 総合診療 新多 恵子 | 交替 |
| | 診察室 A05 | 服部 誠 | 服部 誠 | 服部 誠 | 服部 誠 | 服部 誠 | 交替 |
| 診察室 A06 | 幸脇 正典※1 | 幸脇 正典 | 幸脇 正典 | 幸脇 正典 | 幸脇 正典 | * * * | |
| 外科 | 初診・処置・専門外来 診察室 B04 | 太田 博彰 | 予約診療 北村 文近 | 大腸・肛門 太田 博彰 | 北村 文近 | 奥山 裕照 | 交替 |
| | 予約診療 診察室 B05 | 予約診療 浅野 雅嘉 | 奥山 裕照 | 予約診療 北村 文近 | 予約診療(乳腺) 浅野 雅嘉 | 予約診療 太田 博彰 | * * * |
| 整形外科 | 主診 診察室 B01 | 伊達 和人 | 寺島 宏明 | * * * | 伊達 和人 | 寺島 宏明 | 交替 |
| | 副診 診察室 B02 | 寺島 宏明 | 伊達 和人 | * * * | ※2)第2のみ 寺島/廣田* | 伊達 和人 | * * * |
| 眼科 | 診察室 A01 | * * * | 伊藤 麻耶里* | 白井 美恵子* | 長谷川 美有貴* | * * * | * * * |
| 耳鼻咽喉科 | 診察室 A03 | * * * | 吉岡 哲志* | * * * | 楯谷 一郎* | * * * | * * * |
| 産婦人科 | 初診 診察室 K01 | 山下 創 | 伊藤 雄二 | 婦人科専門外来 若槻 明彦* | 山下 創 | 伊藤/一杉* | 交替**※3 |
| | 予約優先 診察室 K02 | 伊藤 雄二 | 山下 創 | 伊藤/山下**4 | 伊藤 雄二 | 伊藤/山下 | |

午後の部

受付時間... (月～金) 13:30～15:00 (※小児科～15:30 眼科 13:00～14:30)
※午後診療は、救急・予約診療のみとなります。(小児科 月・木曜日、眼科を除く)

| 診療科 | 診察室 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----|-------------|----------------|----------------|----------------|---------------------|----------------|
| 内科 | 要予約 専門外来 | 物忘れ外来 細江 雅彦 | * * * | 物忘れ外来 細江 雅彦 | ペースメーカー外来 松野 由紀彦 | 禁煙外来 近藤 芳正 |
| | | * * * | * * * | * * * | * * * | 物忘れ外来 細江 雅彦 |
| | | * * * | 腎臓内科 多田 将士* | * * * | * * * | 腎臓内科 多田 将士* |
| 小児科 | 診察室 A05 | 服部/幸脇 | * * * | 要予約 (予防接種) | 交替* | 要予約 (予防接種) |
| 眼科 | 診察室 A01 | * * * | 伊藤 麻耶里* | 白井 美恵子* | * * * | * * * |

■(※1)小児科:第3週月曜日のみ非常勤医師による診察があります。 ■(※2)第2週のみ ■(※3)土曜日は完全予約制

■(※4)産婦人科:伊藤医師...第1・3・5週/山下医師...第2・4週

■診療予約・予約変更について

※産婦人科以外の診療科では初診予約ができません。当日ご来院の上、医事課受付窓口までお越しください。

※診察予約・予約変更は専門ダイヤルをご利用ください。

予約専用ダイヤル (0573) 20-1657 〈予約受付時間〉 平日 9:30～17:00

■休診日 土曜日午後・日曜日祝日・年末年始 (12月29日～1月3日)

■休診日・上記受付時間外の受診について

休診日・受付時間外の受診については、ご来院前に必ず、お電話でご連絡ください。

連絡無くご来院の場合、待ち時間が長く発生したり、手術都合等により他院受診をご案内する場合がございます。

また、急を要さない診察の場合は、外来受付時間内の受診をご案内いたします。予めご了承ください。

日足も早くなり、秋の気配がしてきました。秋になると、どうしても食欲が増え、体重も気になりますね。食べた分、しっかり運動して太らないように気を付けたいものです...(-_-;) また、この時期は気温の変化で体調を崩しがちです。規則正しい生活を送り実りの多い秋にしたいですね。
(企画課 堀 真喜)