

こんにちは

編集/発行 医療法人 健成会
坂井内科クリニック
〒910-4137 福井県あわら市中番 17-18

診療科目 内科、循環器内科、糖尿病・脂質代謝内科
小児科、リハビリテーション科
診療時間 午前 8:30～12:30
午後 2:00～18:00
(木・土曜は 12:30 まで)
休診日 木曜・土曜午後、日曜、祝祭日
電話 0776-77-1070



枯れし葉に 霜降つる朝ぞ 冬入り口

こんにちは。先月はさすがに秋になったかという寒い日もあった一方、夏かと思わせる暑い日もあり平均気温はかなり高かったようです。11月の暦を見ると11月7日は立冬で、冬の始まり「入り口」という意味です。太陽の光が弱まり、きれいだった紅葉は散って冬枯れの景色が目立つようになるのがこの霜月です。11月3日は文化の日で、平和を愛し文化をすすめるという国民の祝日です。昭和21年のこの日は平和と文化を重視した「日本国憲法」が公布された日でもあります。皇居では「国家又は公共に対し功労のある方、社会の各分野における優れた行いのある方などを表彰するもの」として、功労者に文化勲章の授与式が行われます。福井県内でも58の方が叙勲されました。おめでとうございます。11月15日は「七五三」です。乳幼児の死亡率が高かった昔、七歳までの子供は神の子とされ七歳になって初めて社会の一員として認められました。一般的に満年齢で三歳の男女、五歳の男の子、七歳の女の子の成長への感謝と将来の幸福と長寿を祈って11月15日前後の都合の良い日に近くの氏神に参拝するという行事は、明治時代になって「七五三」として定着しました。コロナ禍の昨年からは密を避けるため各地の神社では10月頃からの参拝を勧めています。

大野川込池の絶景もあとわずか



11月23日は勤労感謝の日で、「勤労をたつとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」という趣旨で定められました。第二次世界大戦前は「新嘗祭」という収穫の祭りが行われた日で、天皇陛下がその年に収穫された新穀などを神々に供えて感謝の奉告をし、自らもこれらを神からの賜りものとして頂くという儀式を行います。戦後もこの日を収穫の日として祝日とする案がありましたが、農業だけが労働ではないとの意見があり、この案は却下されたいきさつがあります。11月も下旬になると農作業も一段落し、農家では休養の時となりますが、兼業農家が多い昨今ではたった一日だけの勤労感謝の日となってしまいましたね。今年も残すところ60日を切り、インフルエンザ流行の有無は分かりませんがご自愛を。



玉ねぎ植え付けました



家庭菜園奮闘記

家庭菜園では大根が順調に育っております。10月30日に左写真のように玉ねぎを植え付けましたそばを通った農家の方が「もう植えたんけ、早いのウ」と云われました。右の写真は見事に虫に食われた無農薬のキャベツです。結球前に虫取りに励みます。

無農薬キャベツ



糖尿病から腎臓を守る“くすり”の話

日本糖尿病協会発行 さかえ 2021年10月号より
金沢医科大学 北田宗弘、古家大祐 先生

糖尿病特有の合併症として腎臓の働きが悪くなる「糖尿病性腎症」があります。発症・進展を抑えるためには良好な血糖コントロール重要です。また高血圧を併発することも多く、血圧コントロールも必要です。近年糖尿病治療薬や高血圧治療薬の中に腎機能を守る働きを持っているものが出てきました。これらはあくまでも血糖を下げる、血圧を下げる薬ですが、直接的に腎機能を保護することが臨床研究の結果から明らかになっています

・ SGLT2 阻害剤（血糖降下剤）

ブドウ糖は腎臓にある糸球体で血液中からろ過され、その先の尿細管で再吸収されます。再吸収する量が多い（つまり高血糖）と腎臓が疲れてしまいます。この薬は尿細管での再吸収を妨げ、腎臓の負担を軽減するとともに、血液中のブドウ糖濃度も下げます。

・ GLP-1 受容体作動薬（血糖降下剤）

食後に小腸から分泌される GLP-1 という消化ホルモンは、すい臓のβ細胞にはたらきインスリンの分泌を促すことで血糖を下げる働きがあります。同時に腎臓にも働き、腎臓で起こる炎症や酸化ストレス、線維化を抑え、またナトリウムなどの排泄を増やす働きなどを介して腎臓を守ります。GLP-1 受容体作動薬は体内で分解されにくいように人工的に作ったもので、以前は注射薬だけでしたが、昨年から内服薬も出てきました。

・ ミネラルコルチコイド受容体拮抗薬（降圧剤）

腎臓においてミネラルコルチコイド受容体が活性化すると糸球体や尿細管が傷むことが知られており、この拮抗薬を服用することで変化をおさえます

インフルエンザワクチン接種について

今年度の高齢者・子供の助成対象となるワクチン接種は11月1日から始まりました。今年は例年よりワクチン入荷量が減る予想ですので早めのご予約・接種をお願いいたします。

待 合 室

A： 新型コロナウイルス感染者が気持ち悪いほど激減したね。どうなってるんだろ？

B： ワクチン効果なのかな。国内でワクチンを1回接種した人は、全人口の80%余りに。2回接種した人は75%といわれているけど、それだけじゃなさそうだね。

Dr： 今後3回目の接種もほぼ決まったようだし、5歳から11歳までの子供にも接種するのか 来年春に向けてまたワクチン協奏（競争？狂騒？）曲かな

A： ところで衆院選は自民、公明両党が絶対安定多数の議席を獲得し、立憲民主党は逆に減らすという予想外の結果になったけど、これかどうなるんだ？

B： 岸田首相の政権運営は当面安定しそうだけど、新型コロナウイルス感染下の経済対策でまだ「看板」段階の政策の具体化が問われることになるが、甘利幹事長を失うのは相当の痛手だろうな。補正予算案でどう方向性を示すことができるか、内容によっては来夏の参議院選は苦しいかも。

Dr： 一方、立憲民主党は枝野党首や他の幹部が引責辞任し、出直しとなるようだけど、新しく党の顔になる人は誰？立憲民主党も来年の参議院選に向け、野党間の共闘路線の見直しは避けて通れないな。

A： 最近全国で無差別殺傷事件が相次いでいるね。先の東京京王線の電車内の事件と云い、8月にも小田急線であったよね。

Dr： 社会への絶望感や抑えられない感情など負のエネルギーの爆発だ

