

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 2:30~18:30

(土曜は 12:30 まで)

休診日 木曜午後、日曜、祝祭日

電話 0776-77-1070



新年、あけましておめでとうございます。

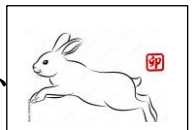
本年もよろしくお願ひいたします。



こんにちは。令和5年正月。残念ながら福井では初日の出を拝むことはできませんでしたが、幸いにも雪は積もらず、無事新年を迎えることができたのではないのでしょうか。

年が明けてもコロナ禍が治まるわけではなく、物価が下がるわけでもないので、

「何がお目出たいんだ。」と怒られそうですが、今年は兔年。昨年までの嫌な出来事をリセットして、新しく何か良いことを見つけにピョンピョン飛び出すめでたい機会と前向きに考えましょう。1月は正月が終わるとすぐに成人の日となりますが、昨年から18歳以上が事実上の成人となるため、各自治体では「20歳のつどい」と名称を変えた記念の式典をやるようです。これから6日の小寒、20日の大寒と寒さや雪も冬本番となってきます。新型コロナの感染もインフルエンザとの同時流行があるのか、今後の状況がどうなっていくのか予想が立ちません。今年も出だしから厳しい話が続きそうですが、自分の目標を見失わないよう健康に気を付けてがんばりましょう。 院長



家庭菜園奮闘記

ようやく昨年末から冬野菜の大根や白菜、ネギが収穫できるようになりました。収穫された野菜たちはさっそく鍋の中で、熱いお湯につかり HOT (ほっと) 一息 (^^♪



糖尿病における心腎連関について

糖尿病協会誌 さかえ 12月号より
福岡大学 糖尿病内科学教授 川浪大治

糖尿病合併症は、個々の臓器にバラバラに起きるわけではありません。特に心臓と腎臓は互いに密接な関係を維持して合併症を発症し、進展します。**心血管合併症とは心筋梗塞など動脈硬化が元で発症する虚血性心疾患や心臓の筋肉の動きが悪くなってポンプとしての役割が果たせなくなる心不全などを言います。**心血管合併症は**腎合併症である糖尿病腎症**を持っている人に起こりやすく、糖尿病腎症が進行するほどその割合も高くなることが多くの研究からわかってきていますこのように**糖尿病において心血管合併症と腎合併症は密接な関係にあり、「心腎関連」と呼ばれています。**理由は**慢性的な高血糖**は心臓の筋肉の働きを低下させるとともに、腎臓を傷つけ糖尿病腎症の原因なるためです。もう一つは**動脈硬化を発症・進行**させ心臓や腎臓の血流を阻害するためです。このような背景の中、**心腎関連を標的として注目されている薬剤**（左表参照）が登場し、日常診療で標準的に使われるようになっていきます。

SGLT2 阻害剤	尿等の排泄を促進し血糖値を下げるとともに、血液内の水分量を減らし心臓の負担を軽減する
GLP-1 受容体作動薬	インスリン分泌を促進するとともに、心・腎の受容体に作用し臓器を保護する
MR 拮抗薬	心臓や腎臓の線維化にかかわる MR 受容体をブロックし腎症を抑制する

予防注射 特定健診

新型コロナウイルスワクチン

3, 4, 5 回目（BA5 対応）で受け付けております

インフルエンザワクチン接種

高齢者及び小児の助成金対象は令和5年1月31日までです

成人肺炎球菌ワクチン接種

令和5年3月31日までに、65、70、75、80、85、90歳になる方でまだ1度もワクチン接種を受けていない方が助成の対象です。詳しくは受付でご相談ください。

特定健診・がん検診

令和4年度の受診期間は令和5年2月28日までとなっております。

当クリニックでは個別検診を行っておりますので、

お早めにご相談ください。特定健診は年1回、がん検診とセットで受けましょう。



待 合 室

A：あけましておめでとう。年末年始は雪が積もらなくてよかったね

B：昨年は事件がありすぎて、話題に事欠かなかったね。正月はのんびり箱根駅伝のテレビ中継を見ていたよ。駒大3冠、青学無念の3位。

Dr：その青学の原晋監督の著書に「心根の悪い人間が、チームをダメにする」という言葉があるんだが、「心根の悪い人」というのは実力があって個人の成績は上げるが、それに胡坐をかいて自分勝手に生活が乱れている人を指していて、そのような人をチームに入れるとチームとしての成績はガタ落ちになってしまうそうです。一方ほかの人と協調して、自分で考えながらコツコツと成績を上げていく人「心根の良い人」の集まりのほう

がチーム全体の成績を上げることになるそうです。A：政治家で「心根の良い人」いるかどうかはわからないけど、資質の問題はあると思う。B：これからは立候補前に「適性検査」と「政治検定試験」の義務化をするといいかも Dr：75歳以上では認知症検診も追加して

