

ノボケア Smile

笑顔を支えるインスリン療法

2005
夏
No.6



糖尿病と肥満

—糖尿病発症リスクと進展リスク—



患者さんと医療スタッフの
コミュニケーションについて

監修

岩本安彦
(東京女子医科大学糖尿病センター センター長)

編集協力

岩B直子 内潟安子 北野滋彦 佐倉宏
佐藤麻子 佐中真由実 新城孝道 馬場園哲也
(東京女子医科大学糖尿病センター)アイウエオ順

ノボケア
Smile
笑顔を支えるインスリン療法

No.6 Summer 2005

2005年7月発行/第1版第1刷発行 非売品

[発行]
ノボケア友の会事務局(ノボ ノルディスク ファーマ株式会社内)
〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1
www.novonordisk.co.jp

[企画・制作]
メディカス株式会社
〒160-0016 東京都新宿区信濃町35番地 信濃町煉瓦館4F



1419440101 (2005年7月作成)



戒めも姉の言葉だと思いと素直に受け入れることができるんです



- 理恵子が私をベストパートナーに選んだのは、血糖コントロールのために彼女が苦勞していることが“感覚”としてわかるからでしょう。たとえば、学生時代は友達と食事をする機会も多く、さらに、クラブやサークルに入っていれば毎日のインスリン注射や食事のタイミングや量などをコントロールし、これまでとは違って自分の生活全体に配慮しなくてはならないことが、どれだけ大変かということが、年齢も近い身近なこととして理解することができたからだと思います。でも、ベストパートナーは母だと思いますが…。
- ◆ 当初、母は私がつらくなるほど心配していました。そんな母に姉は、「そんなに心配しなくても大丈夫。理恵子はやっつけられるから」と、母までサポートしてくれました。
- 母は心配し過ぎるところがあって、今でも時々エスカレートすることがあります。私の場合は、母とは違った角度から理恵子をフォローできているのかもしれない。
- ◆ 私にとって、食事の管理はとても大変でした。当時の私は伸び盛り・食べ盛りだったので、いくらカロリー計算をしても失敗の繰り返し。そんなとき姉は、「大変かもしれないけど、自分のことなんだから、糖尿病を受け入れて、自分自身に責任をもって生きべきだよ」と戒めるわけですが、姉の言葉だと思いと素直に受け入れることができました。「食欲のコントロールは私の一生のテーマ。うまくいくときも乱れるときもある。落ち着いて客観的に自分を見られる力をつけなきゃ」と、考えられるようになったのは姉のおかげです。だからある意味で、“糖尿病と一生付き合う”という覚悟も必要だと思ってます。
- あら、大人の発言(笑)。
- ◆ これまでの私は、糖尿病の管理を人に頼りすぎるところがありました。もうすぐ姉に赤ちゃんが生まれるし、もう少し自分で管理できるようにになりたいと思います。
- 私は、理恵子が頑張り過ぎてしまうところがあるので少し心配で

糖尿病を通じて、プラスになった体験を大切にしたい

東京都・品川区 柳沢理恵子さんの23歳
製薬会社勤務。中学3年生(14歳)のとき、2カ月で8kgも体重が減少。最初は「成長期だからかな」と思っていたが、食べても食べても体重が減り続けるため、東京慈恵会医科大学附属病院を受診。1型糖尿病と診断されシヨックを受けるも、もち前のプラス思考とご家族の支えで乗り越え、「自分の病気を生かせる仕事が見たい」と考えるようになり、東京理科大学薬学部へ入学。昨年春、卒業と同時に念願の製薬会社に就職した。



家族のなかで年齢が一番近いから妹のことを感覚的に理解できるのかも
マイベストパートナーの片柳万理子さん(26歳)
理恵子さんのお姉さん。2年前に結婚し、秋には待望のお子さんが生まれる。理恵子さんが糖尿病と診断されたとき、万理子さんは高校3年生。当時、糖尿病は成人病だと思っていたので、まさか中学生の理恵子さんが糖尿病と診断されるとは思いもよらなかつたという。インスリン注射が一生必要と聞かされシヨックを受けた理恵子さんの顔が忘れられないとも。今も電話で、理恵子さんを励まし続けている。趣味は理恵子さんとご主人のために健康的な季節料理を作ること。理恵子さん曰く「世界で一番妹思いな温かい姉」。

主治医の田嶋尚子先生から

東京慈恵会医科大学 糖尿病・代謝・内分泌内科教授

Message



理恵子さんは「とても真面目な頑張り屋さん」です。大学受験、そして入社という人生の節目を、どのように乗り越えてきたか近くで拝見してきましたが、理恵子さんはいつも明るく元気で、何事に対しても一生懸命でした。努力しているのにパーフェクトな血糖コントロールに至らなくて、涙をいっぱい溜めていた顔も忘れられません。気落ちしてしまわないかと心配したこともありますが、この写真のように、すぐに太陽のような暖かさに満ちた笑顔が戻ってきました。その理由は、理恵子さんの前向きな性格とともに、お姉さまをはじめご両親の愛にしっかりと支えられていらっしゃるからだと思います。理恵子さんの一番見事なところは、糖尿病に自分の人生を振り回されていないところです。人生を謳歌するあまり血糖が乱高下したこともあります。すぐにインスリンの種類と量、注射のタイミングを調整して、しっかりと「糖尿病」を支配下にできてきました。昨年、第1志望の会社に見事に入社してからは、さらにセルフコントロールに磨きがかかったように思えます。これからも一日一日をフルに生きてください。

- す。家族なら理解できるから、つらいときや協力が必要なときは遠慮しないで父や母、また、私にできることがあるなら、これまで通りにいってほしいと思っています。理恵子のことを大切に思っている家族がいることを忘れないでいてほしいと思っています。
- ところで、仕事柄、同じような患者さんにアドバイスするとしたら？
- ◆ 特に1型糖尿病の若い患者さんには、将来自分の進む道が決まるまでの間こそ、しっかり血糖をコントロールしてほしいと思います。病気が原因で進路をあきらめるのはつらいことですから。また、私は就職してから食事が不規則になったり、時々お酒を飲むこともあるため、一時的に血糖値が上昇することがありますが、きちんと元の数値に戻すように自分をコントロールして、あまり神経質にならないようにしています。
- もう一つは、自分が思うほどまわりの人は病気のことを負担には感じていないと思うので、まわりの人に頼めることはお願いしてみてもいいのではないかと思います。きちんと糖尿病と向き合うことができれば、自分のやりたいことや夢をかなえることは可能だと思います。なんでも糖尿病のせいにしてほしくないとも思います。糖尿病であっても“輝く”ことができることを忘れないでほしいと思います。

マイベストパートナーへの応募方法が変わりました!

本誌では「マイベストパートナー」に出ただけの患者さんを募集しています。

誌面への登場をご希望の方は巻末のハガキに、必要事項をご記入のうえ、「糖尿病治療に取り組むあなたと、あなたにとって大切な人とのエピソード」(例: 勇気づけられたこと・支えられたこと・うれしかったことなど)を簡単にお書きいただき、ご応募ください。

※取材のご相談をさせていただく場合に限り、編集部より書面にてご連絡させていただきます(お電話でのお問い合わせには応じかねますのでご容赦ください)。