

# ノボケア Smile

笑顔を支えるインスリン療法

2007  
秋  
No.15



#### 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

岩崎直子 内瀧安子 尾形真規子 北野滋彦 佐倉宏  
佐藤麻子 佐中眞由実 新城孝道 中神朋子 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.15 Autumn 2007

2007年9月発行 / 第1版第1刷発行 非売品

[発行]

ノボ ノルディスク ファーマ株式会社

〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1 明治安田生命ビル

www.novonordisk.co.jp

[企画・制作]

電通サドラー・アンド・ヘネシー株式会社

〒104-8427 東京都中央区築地1-12-6 築地えとビル



novo nordisk®

レッツ・フォーカス

## 糖尿病性腎症

<腎臓と食事>

ズームアップ インスリン インスリンの最適な投与回数



novo nordisk®

## 専門医との出会いが 私の糖尿病治療を大きく変えました。

- HbA1c値は6%前半、血圧も120mmHg/70mmHgで良好ですね。
- ◆お陰様で安定しています。合併症の見本市みたいだったのが、ウソみたいですね。今ではすっかり優等生です。
- 僕が担当医になってからは4年ですが、糖尿病との付き合いは20年以上ですね。治療を受けた病院や出会った先生の数も多いのですよね。
- ◆網膜症や腎臓でも、他科の先生のお世話になったし、引越しもあったので診察を受けた病院は20~30でしょうか。
- 思春期の頃に糖尿病と診断されたけれど、そのころは糖尿病と付き合いのは難しくはありませんでしたか？
- ◆特に難しさは感じませんでしたね。当時は1日1回のインスリン投与だったので、父が毎日打ってくれました。学校ではいじめられたりしないよう、兄がどこかで見守ってくれていたかな（笑）。担任の先生も病気をよく理解してくれたし。家族や周囲の助けがあったのは間違いありません。
- 周りの環境が整っていることは、治療の一環として大切ですね。
- ◆ええ。でも今思うと網膜症を発症して北大を受診するまでは、病気に関して無知だったと思いますし、治療に対して一生懸命ではなかったと思います。やはり糖尿病専門

医に出会って、私自身が劇的に生まれ変わりました。

3度の食事制限を辛いと思わない。  
1日に自分の身体を治療するチャンスが3回もある。



今井洋子さん

12歳で1型糖尿病と診断される。中学入学前の春休み家族旅行の際、ひどい喉の渇きと頻尿を鮮明に記憶している。20代半ばに網膜症を発症し、同時期札幌へ引越す。北大で糖尿病専門医に出会う。網膜症は光凝固で治療。その後、硝子体出血を起こし、以降血糖コントロールを良好にするためにCSIIを導入。30代では腎症を発症。現在、低蛋白食、減塩、血圧管理を実行し、良好な血糖コントロールが保たれ、病状も安定している。そしてウデモココロも良い医師に出会えたことが、合併症に負けない理由のひとつだと実感している。もうひとつ、長く継続できるように、食事療法も治療法も進んで「自家用」に工夫する事が大切だと語る。北の街では長い冬の後、活動的な季節の到来を告げるというライラック(リラ)の花のような女性。

- 今はインスリン持続皮下注入療法(CSII)を行っていて、網膜症も腎症も安定していますね。
- ◆網膜症を発症したときは「もう目が見えなくなるかもしれない」と、とても不安になりました。その後に腎症がわかったときは「あと10年生きられないかも」と考えたこともあったんです。
- 不安でしたでしょうね。
- ◆ええ、とっつても。だから必死でした。先生だけでなく、病院の方々に、疑問や不安をぶつ



吉岡成人先生

北海道大学大学院医学研究科 病態内科学講座・第二内科 准教授

日本内科学会（学術評議員、認定内科専門医、研修指導医）、日本糖尿病学会（学術評議員、専門医、研修指導医）、日本内分泌学会（専門医）、日本病態栄養学会（学術評議員）。今井さんを「自立した患者さん」と評し、頑張り過ぎないように、今のまま、今までのようにと、温かい言葉とまなざしでエールを送る。患者さんの話に、穏やかな笑顔でうなずく姿は、安心と信頼のきずなを感じさせる。

自立した患者さんにはHbA1c値だつて従順になる。

けていましたね。腎症では栄養士さんにずいぶんお世話になりました。

- 看護師さんや栄養士さんとのコミュニケーションに何か工夫をされましたか？
- ◆先生が忙しくて十分お話できないときに（笑）、周りにいる看護師さんを捕まえて質問していました。皆さん一生懸命答えてくれて。先生もそうですけど、わからないことはわからないっていつてくれたのも、信頼につながったように思います。腎症を発症してからの食事療法は、蛋白量の計算とか、私にわかる使いやすい表を特別に栄養士さんに作成してもらいました。自分の生活スタイルに合わせた、オリジナルの指導をしていただいたことが、長く続けられた秘訣かなと思います。
- 自分でなにかしよう！ なんとかしよう！としたところがすごいですね。
- ◆腎症のときは、透析になったらどうしよう、5年後は？ 10年後は？ と考えると、本当にすごく怖かった。初めて死を意識しましたね。その気持ちが逆に「なんとかしなくては」という気持ちを奮い立たせたのではないかと思います。
- その努力が13年経った今でも腎症を進行させずに、食い止めていることにつながるのですね。
- ◆先生、更に10年この良好な状態が保てたら、一緒にお祝いしてくださいね。それを目標にがんばりますから。
- 肩の力を抜いて、でも気は抜かずに、毎日を過ごしてください。応援していますよ。