



NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会

MANO a MANO

～「mano a mano」とはスペイン語で「手から手へ」という意味です～

会員総数 806 人

医 師 159 人

コメディカル 647 人

【管理栄養士紹介登録数 43人】

平成21年8月20日現在

《目 次》

日本で生まれた言葉 “医食同源”

吉元 勝彦先生……Page 1

研究会の実施報告……………Page 2

研究会の実施報告……………Page 3

研究会のお知らせ……………Page 4

～ 日本で生まれた言葉 “医食同源” ～

当会評議員 杏林大学 糖尿病・内分泌・代謝内科 吉元勝彦

「〇〇さん、もう少し間食を控えてちゃんと食事療法を守って下さいね。昔からよく“医食同源”って言うでしょ。病気を良くするのも悪くするのも食事によるところが大きいのですよ。日頃の食生活に注意して、医食同源を心がけて下さいね。お願いしますよ。」

糖尿病の臨床に携わる私たちにとって一度くらいは診療の道具として口にしたことのある言葉ではないでしょうか。その意味は何となくわかっているけれど、捉え方はひとそれぞれかも知れません。広辞苑によると“医食同源”とは、「病気をなおすのも食事をするのも、生命を養い健康を保つため、その本質は同じだということ」とされています。すなわち、日頃の食生活に注意することは、病気を予防し健康を維持することと同じであるということになると思われます。

さて、「昔からよく“医食同源”って……」 当然、古く中国から伝わる言葉であると思ってしまうわけですが……。しかし、よく考えてみると、中国古来とは三千年も四千年も昔のこと、現代社会のように飽食によって病気が起こるなんてことはまずなかった時代に、医食同源的な思想は起こらなかったのではないのでしょうか。実際、“医食同源”あるいは“薬食同源”といった言葉は、東洋医学の古医書には見当たらず、食は命を養うものであって、病気を治すのは薬であると記されていたようです。昔の中国における医と食の関係は、例えば「肝臓を食すと肝臓に効く」「心臓を食すと心臓に良い」といった漢方的な考えが主流であって、食事で病気を治すという考えはほとんどなかったようです。

では、“医食同源”はいつどこで生まれた言葉なのでしょう？ 正解は1972年の日本においてということになります。当時、NHKで放送されていた料理番組で、臨床医であった新居裕久先生が発表された言葉であり、先生は「薬（生薬）も食も同じ源、日常の食事で病気を予防、治療しましょう」と言いたくて、この言葉を思いついたと述べています。現在のわが国と同様、中国においても糖尿病の患者さんは激増しており、今や“医食同源”という言葉は、発想の元となった中国へ逆輸入されていると聞きます。この飽食の時代、“医食同源”をより心掛けた診療がますます必要となってきたのではないのでしょうか。



平成21年度 西東京糖尿病療養指導プログラム報告

平成21年7月12日(日) 東京経済大学国分寺キャンパスにて開催されました。

第6回 西東京糖尿病教育看護研修会

当会評議員 けいゆう病院 和田 幹子

NPO法人西東京臨床糖尿病研究会の夏の名物、通称「1群研修会」は、今年も熱(暑)い研修会となりました。「毎年、都内の大学巡りができるのも楽しいね」という声も聞かれた今年の1群研修会は、東京経済大学にて開催されました。当日は、日差しが強いうえに湿度も高く、会場の熱気もひとしおでした。糖尿病合併症管理料の算定が始まってから1年余り、看護師が行うことが多いフットケアの実際や課題をメインテーマとし、すでに取り組んでいる同職者・他多職者から多くの知見を得ることができました。第1部の「看護師に期待すること」で、「的確なフットケアを行うためには糖尿病療養指導全般をマネジメントする力が必要」という本会の副理事長植木医師の講義に納得し、循環器内科医である平野医師、義肢装具士の大平先生の講義からは「フットケアを行うことは、糖尿病患者の生命予後に関わる」ということを集学的治療の側面から学び、予防の重要性を再認識できました。

伊波先生の特別講演(第2部)では、フットケアのエビデンスと標準化の必要性について統合的に学び、第3部では、3名の糖尿病看護認定看護師より、チームづくりや、外来の立ち上げ、記録用紙の工夫など、より実践的ですぐ活用できる話を聞くことができました。講師より「会場の熱心さが伝わってきた」という感想がありました。今後も参加者の目線で、糖尿病看護のトピックスや知的ニーズを反映させ、“使える知識”が得られる「熱い研修」を準備していきたいと思えます。



第6回 西東京薬剤研修会

当会会員 日本医科大学多摩永山病院薬剤部 亀山 明美

薬剤系は82名の薬剤師が参加し、北里研究所病院薬剤部の井上岳先生による挨拶で幕を開けました。教育講演「糖尿病フットケアに必要な薬剤の活用方法について」では杏林大学形成外科の大浦紀彦先生より、フットケアの実際、手術、抗菌剤等薬剤についてわかりやすくご教示いただきました。特別講演「最近のインスリン治療について～BOT療法など～」では帝京大学内科の山内俊一先生より、インスリン治療とBOT療法(現在服用中の薬剤はそのまま維持した上で長時間作用性インスリンの1日



1回注射を併用)の利点、さらに注射部位や低血糖の確認箇所など療養指導に重要なポイントをご講演いただきました。この後、受講者全員が、国内で販売されている全てのインスリンの注射手技を体験し、操作方法や指導ポイントの違いを理解することが出来ました。そして杏林大学薬剤部の小林庸子先生は、受講者にアンケートをとったところ約40%がインスリン注射の服薬指導を行っていないという結果を示し、長期使用患者にも誤操作がある事や薬の保管方法など数々の指導例を挙げて、積極的に服薬指導を行ってほしいと述べられました。

「責任インスリンの考え方」という演題で井上先生より責任インスリン(測定で得られた血糖値にもっとも影響を与えているインスリン)の考えについて、症例を挙げてご講演いただきました。最後に理事長貴田岡正史先生より閉会のご挨拶を頂き盛況の中研修会は終了しました。

第6回 西東京病態栄養研修会

当会会員 医療法人幸隆会多摩丘陵病院 栄養科科长 原 純也
第6回病態栄養研修会では「腎臓」と「運動療法」をテーマとして開催いたしました。



講演1では東京医科大学病院教授の中尾俊之先生より「CKD普及による光と陰」と題しまして、CKDの概念が普及しての利点や問題点や今後の課題についてご講演いただき、CKDについて認識を深めました。講演2では「CKDの栄養・食事管理の実際と指導」と題しまして、東京家政学院短期大学教授金澤良枝先生にご講演いただきました。栄養教育の方法や評価方法、栄養アセスメントの重要性などを実際の症例を用いて示していただきました。講演3では「透析患者の栄養管理の実際」と題

しまして、織本病院栄養科長松元紀子先生にご講演いただきました。給食管理・栄養指導上で栄養士が陥りやすい点についてわかりやすくお話いただき、栄養指導を繰り返し行い「十分に理解させること」の重要性について改めて学びました。

午後の運動療法での講演では東京医科大学八王子医療センター教授植木彬夫先生による「運動とエネルギー」についてご講演いただきました。運動の3原則とともにMETSとExについて知識を得ることができました。2番目に同センター天川淑宏先生から「METSの概念を取り入れた運動療法の実際」と題しまして、エクササイズガイド2006を運動療法に応用活用する方法を示していただきました。3番目の立川相互ふれあいクリニック小池日登美先生からは「栄養士でもできる運動指導」ということで、運動の3要素の必要性和、チェアエクササイズを体験しました。栄養士の立場で緑風荘病院藤原恵子先生から、栄養士が行なっている運動指導の実際について、酒井雅司先生から循環器医師の立場から運動指導における安全性の配慮についての追加発言をいただき「栄養士が行なう、運動指導の取り組み方」と題してパネルディスカッションを行ないました。非常に活発な意見交換が行なわれ、今後の運動指導に役立つ内容でした。

第1回 西東京運動療法研究会

 新しい間接事業です。

平成21年6月25日(木) 国分寺労政会館にて開催されました。

当会副理事長 東京医科大学八王子医療センター 植木 彬夫
8月7日、立川市女性総合センターアイムで第1回東京臨床糖尿病運動療法研究会が開催され176名が参加しました。植木彬夫代表の会創立の趣旨についての挨拶の後、調進一先生司会により緑風荘病院の西村一弘先生からは運動療法におけるメディカルチェックの重要性について、高村宏先生の司会により東京医科大学八王子医療センターの天川淑宏先生からはMETSを考慮した運動指導の症例報告がありました。特別講演では片山隆司先生の司会により筑波大学の久野譜也先生から、運動療法は結果の出る運動を行うこと、それには運動の量だけではなく筋トレも必要であるなどの講演をいただきました。最後に緑風荘病院の酒井雅司先生から、これからの糖尿病療養には欠かすことのできない運動療法の幕開けが西東京からいよいよ始まったとの締めくくりの挨拶がありました。有意義で実りある会でした。





研究会他のお知らせ

◆ 直接事業

◆ 間接事業

◆ 第102回 実践栄養指導勉強会（お申し込みは不要です。）

テーマ：微量栄養素とビタミンについて

開催日：平成21年9月15日（火） 18：45～20：15

場 所：緑風荘病院併設グリーンボイス1F デイルーム
（東村山市萩山町3-31-1 西武拝島線八坂駅徒歩）

参加費：会員 無料 非会員500円

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

◆ 第19回武蔵野糖尿病医療連携の会（お申し込みが必要です。）

テーマ：糖尿病患者の肢切断を防ぐために何をすべきか

開催日：平成21年10月17日（土） 17：00～19：00

場 所：ザ・クレストホテル立川 4階「桜の間」

会 費：医師1,000円 医師以外500円

申込み：EメールまたはFAXにて申し込みください。

メール宛先：Sakiko.tsutsumi@sanofi-aventis.com

FAX番号：042-367-2958

サノフィ・アベンティス(株) 担当：堤

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜2群＞0.5単位申請中



第10回 糖尿病予防講演会（お申し込みは不要です。）

テーマ：家族で教える楽しい食事療法

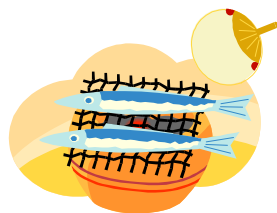
開催日：平成21年10月3日（土） 14：00～17：35

場 所：吉祥寺前進座劇場（吉祥寺駅公園口徒歩12分）

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜2群＞1単位認定（09-506）

第3回 西東京糖尿病運動指導スキルアップセミナーのお申し込みは好評につき定員となりお申し込み受付は終了しました。ご了承ください。



事務局からのお願い

今年度の年会費のお払込がお済でない方は、お振込用紙の期限が6月末日となっておりますが、まだお振込み可能ですので、ぜひお早めに最寄のコンビニエンスストアにてお払い込みをお願い申し上げます。

NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会 事務局

〒185-0012 国分寺市本町3-10-22 リエントラザ 402

TEL：042(322)7468 FAX：042(322)7478

http://www.nishitokyo-dm.net Email:w_tokyo_dm_net@ybb.ne.jp

