鳥取市立病院
Tottori City Hospital

病院だより

vol.314
2026年11月
TAKE FREE

糖尿病を放置しないようにしましょう

World Diabetes Day
14 November

内科　久代 昌彦

増えている糖尿病患者

令和6年の国民健康・栄養調査によると、日本には糖尿病を強く疑われる人が約1100万人いるということがわかりました。調査の始まった平成9年は690万人だったので、この27年間で約1.6倍に増加したことになります。糖尿病患者さんの中には、慢性合併症のために不幸な転機を迎えるかたも多く、網膜症のための失明が年間3,000人、壊疽などのために下肢切断に至るケースが年間3,000人以上、腎症による維持透析導入が年間13,000人にのぼります。良好な糖尿病コントロールを長期間維持することによって、このような不幸な転機にならないよう導いていくことこそが、糖尿病診療の目的です。

まずは受診を

健診などで糖尿病を指摘されていながら治療を受けていないという人は、30～40歳代で最も割合が多く、30歳代では男性の約56%、女性の約94%、40歳代では男性の約66%、女性の約80%が治療を受けていません。まずは受診しようという気になっていただかないと始まりません。11月14日は世界糖尿病デーですが、これは糖尿病の脅威を広く認知してもらうための疾患啓発の日で、全世界でさまざまなキャンペーンが繰り広げられます。日本の各地でもブルーライトアップなどの行事が行われる予定です。糖尿病を放置している患者さんが、一人でも多く受診するきっかけになればと思います。

糖尿病教育の重要性

糖尿病コントロールを長期間良好に維持するためには、発症早期の糖尿病教育が重要です。発症早期の積極的な血糖管理がその後長期にわたっての合併症抑制に寄与することが知られていますし、糖尿病治療の重要性を理解していただければ治療を中断してしまうことの予防につながるでしょう。経過中に治療中断してしまった患者さんが、その中断中に重大な合併症を生じてしまうというようなできごとは、糖尿病診療をしているとよく経験します。

現在当院で行っている糖尿病教育入院は、多忙な現役世代に対応できるように、最短3日間（火曜日～木曜日）でおこなえるように計画されています。これによって発症早期の糖尿病患者さんが教育入院を受けるチャンスが拡がれば、最終的に慢性合併症を抑制できるのではないかと考えます。

参考：厚生労働省「令和6年国民健康・栄養調査結果の概要」

理　念　1.信頼される病院　2.心温まる病院　3.楽しく働ける病院

基本方針　●地域における医療福祉の向上につとめ、地域住民のいのちと健康を守ります。●地域の中核病院として、地域の医療機関と連携・協調を図ります。●二次医療を中心に担当します。●医療需要の増大と多様化に対応できる病院づくりを目指します。●超高齢社会における治す医療と支える医療の両立を目指します。

気をつけたいのは、
お肌だけじゃない!

冬の乾燥

総合診療科　杉山 華衣

寒さが増し、冬の訪れを感じる季節となりました。冬になると、肌の乾燥が気になる方も多いのではないでしょうか。しかし、冬に気を付けたいのは肌の乾燥だけではありません。実は、感染症や脱水にも注意が必要なのです。



私たちの鼻や気道には、ウイルスなどの異物を体の外へ排出する働きがあります。しかし、空気が乾燥するとこの働きが低下し、感染症に対する防御機能が十分に働かなくなることがあります。



今年は例年より早くインフルエンザの流行が始まり、鳥取市を含む県東部でも患者が報告されています。感染症対策には、手洗いや換気に加え、室内の湿度を50～60%程度に保つことが大切です。また、インフルエンザワクチンには発病や重症化を予防する効果があり、新型コロナワクチンにも入院や死亡などの重症化を予防する効果が認められています。特に高齢の方や基礎疾患のある方は、接種を検討しましょう。

そして、冬に気をつけたいのが「**脱水**」です。「脱水は汗をかく夏のもの」と思っていませんか？ 実は、私たちは汗をかいていなくても、皮膚や呼吸を通して常に水分を失っています。さらに、冬はのどの渇きを感じにくく、水分を摂る機会も減りがちです。そのため、気づかないうちに脱水が進んでしまうことがあります。



脱水が進むと血液が濃縮され、血栓ができやすい状態につながる可能性があります。特に高齢の方は注意が必要です。のどが渇いていなくても、起床時や食事の際、入浴前後など、コップ1杯程度の水分をこまめにとる習慣をつけましょう。ただし、心不全や腎臓病などで水分制限が必要な方は、主治医の指示に従ってください。

この冬は、お部屋の「加湿」と体の「水分補給」を意識して、元気に過ごしましょう!

新任医師のご紹介

10月1日付で、3名の医師が赴任しました。

診療部部長（小児科）

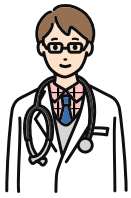
倉信（くらのぶ）　奈緒美（なおみ）



小児科で勤務させていただくことになりました。鳥取市での勤務は初めてですが、出身地で働けることを嬉しく思います。
よろしくお願いいたします。

耳鼻咽喉科医長

宮本（みやもと）　翔太郎（しょうたろう）



岡山、香川、高知、広島を経て、7年ぶりに鳥取に戻ってまいりました。これまでの経験を鳥取に還元できるよう努めます。
よろしくお願いいたします。

泌尿器科医長

原（はら）　尚史（なおひろ）



泌尿器科を担当しています。地域の皆様に安心して受診していただけるよう、丁寧な説明と患者さんに寄り添った診療を心掛けてまいります。

耳鼻咽喉科 通常診療を再開します！

耳鼻咽喉科　宮本 翔太郎

このたび耳鼻咽喉科に常勤医師として着任いたしました宮本と申します。当院耳鼻咽喉科の常勤体制は実に20年ぶりとなります。すでに10月より外来診療を平日毎日に拡充しており、常勤体制により入院も可能となりました。12月からは手術も再開します。

これまで中四国の基幹病院で研鑽を積んでまいりました。培った経験を活かし、耳・鼻・のどの一般的なトラブル解決をはじめ、新薬の相次ぐ登場で進歩が著しい慢性副鼻腔炎や、睡眠時無呼吸といった分野でも、全国レベルの医療を提供します。また、近隣の医療機関とも協力し、鳥取県東部圏域で完結できる医療の幅を広げられるよう努めてまいります。

地域の皆様が地元で安心して医療を受けられるよう、スタッフ一同、全身全霊で診療に取り組んでまいります。気になることがございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

耳鼻咽喉科 診療担当表

2026年10月1日～

	月	火	水	木	金
午前	宮本	宮本	宮本	宮本	宮本
		大学医師 第4火曜日のみ			
午後	宮本		宮本		宮本