

糖尿病だより vol.10



柏たなか病院
糖尿病サポートチーム
(2022年11月)

テーマ：糖尿病と癌

糖尿病教室を開催できない現状を受け、糖尿病サポートチームから患者さまへおたよりを作成することになりました！！

糖尿病センター長 山内先生より

糖尿病では癌になりやすいことが知られています。肝臓癌と膵臓癌は正常人の2倍なりやすいとされています。特にHbA1cが7%以上の方は要注意です。また、過食や肥満で子宮体癌が多い、高脂肪食で大腸癌になる、酒の弱い人が無理して飲むと食道癌や舌癌になる、喫煙者で肺癌が多い、といった、生活習慣の重なりでくる癌もあります。膵臓癌や大腸癌は遺伝が多いことも知られています。

国民の3割が癌でなくなる時代ですから、通院中に癌になるのは珍しくありません。毎回血液や尿の検査をしていますがこれでは癌はわかりません。超音波やCT、内視鏡検査が必要です。

たった1個の癌細胞が1cmの大きさの癌になるのに8年かかります。その先はあっという間です。リスクのある方は年に1回は検査を受けましょう。

体重が減っているのに血糖値が上がった・・・は要注意です。癌が潜んでいることがあります。この段階だとまだ助かることも多いので、体重をこまめにはかる習慣を身につけましょう。癌は早期発見なら糖尿病の末期より生命予後ははるかに良好です。

血糖値が高いと手術中に死ぬ率が数十倍になります。このため手術が延期になり助かるものが助からなくなることがあります。HbA1cを6%台維持がひとつの目安です。こちらの方もお忘れなく。

[糖尿病だよりのご感想 リクエストをお聞かせください。](#)

[一階正面玄関の公衆電話横に、専門のアンケート用紙がございますので、ご記入の上、ご意見箱にご投函ください。](#)

外来看護師 眞下より

シックデイ(病気でご飯が食べられなくなった日)

風邪・インフルエンザ・コロナ・ノロウイルスなどの感染症では、食事がとれなくなっても、ストレス反応で、高血糖になります。一方、薬で低血糖になることもあります。

☆まず水分補給を

- ・水や麦茶を飲める範囲でとりましょう！ ポカリ・OS-1は点滴とほぼ同じ成分です。吐かなければ飲んでください(糖分のとりすぎには注意)。

☆薬はどうしたらいいの??

- ・インスリンはとりあえずいつもの半分の量を注射。経口薬は迷ったら服用しない。
- ・血圧の薬はできるだけ飲んでください。解熱薬は使用して問題ありません。

☆少し食事がとれるようになったら、消化のよい炭水化物をとりましょう。

- ・おかゆなどがよいでしょう。麺類はよく噛むか、やわらかく煮込まないと消化がわるい！

☆入浴について

体調が著しく悪い場合以外は入浴してもかまいません。

- ・湯船の温度は40℃くらいにし、浸かる時間は短時間(5分以内)にしてください。気温が低いときは、風呂場はふたを開け、脱衣場は暖房器具などで暖めてください。
- ・入浴前後でしっかり水分補給しましょう。

