



# 愛知三の丸クリニック だより

第21号

(2019年7月)

健康トピックス

院長 飯田将人

## 糖尿病3枝病変について

7月になると梅雨も明けて、迫るような暑い日々が続きました。かすみがかった青い空に、突然雲が現れたかと思うと、強い雨が短時間降り注ぎます。

ある水曜日の朝、私はいつものように高血圧の患者さんの診察をして順番に薬を処方していました。聴診器を胸にあてると、どの人も肌が汗ばんでいます。一息ついたかと思うと、普段からなじんでいる看護師さんとの会話のやり取りをしながらQさんが入ってきました。

Qさんは60歳の女性で、若いころから糖尿病があり3種類の内服薬でも血糖が十分に下がらないためインスリンを注射しています。明るい性格で食べることに目がなく、主治医からは再三指導を受けていますが、甘いものをやめるのは大変勇気がいるそうです。

丸顔でしわのないつるりとした色白の肌をしており、ワンピースからのぞく肩と腕が丸く盛り上がっています。いつもは糖尿病の専門医の外来に通院されていますが、今日は予約なしで私の外来を受診しました。

「どうされましたか？」

「この頃ね、歩くとなんだか気分が悪いのです。なんだか毎日暑いから脱水が原因でしょうか？ 足元がふらつく感じがするので、昨日いつもの先生に相談したら心電図は異常ないといわれたのですが、心臓は大丈夫でしょうか？ なにしろ歩くとおかしいので、あはは」

Qさんは他人のことかのような口調で言いました。階段や坂道では胸痛や息切れはなく、平地を歩くと気分が悪くてふらつく感じがするだけということでした。歩行時のふらつきがあると、まずは脳神経の異常を疑います。Qさんに立位をとってもらい、姿勢の異常や室内を歩行する様子を細かく観察しましたが、脳神経の異常な所見やふらつきは見当たりませんでした。ふらつきはQさんの自覚する感覚だけのようです。

「念のためもう一度心電図をみてみましょう。」

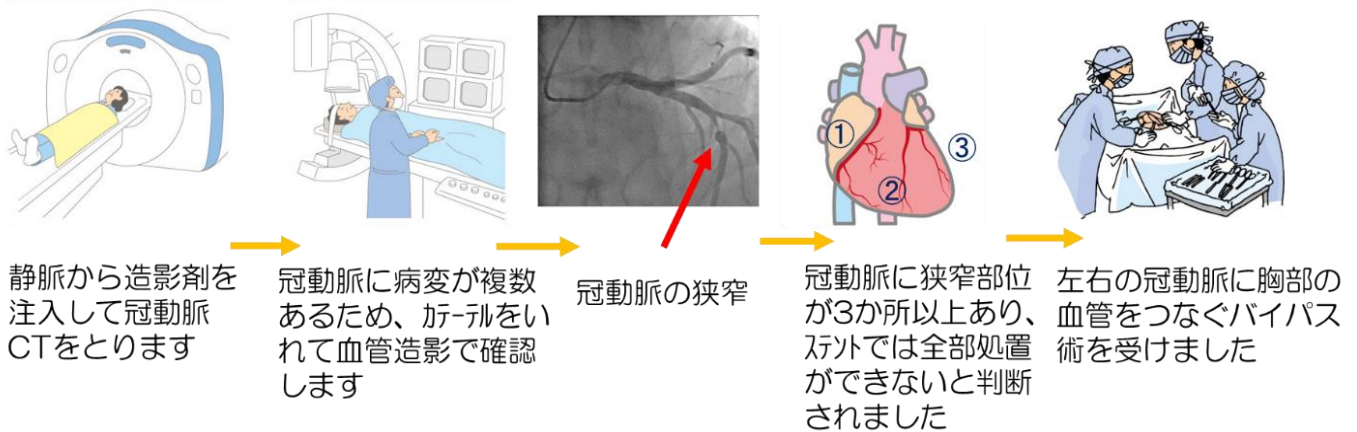
Qさんの心電図はわずかに狭心症の変化を示していました。昨日の心電図を取り寄せてみるとまったく正常です。私は看護師さん呼び入れ血圧を測定してもらいました。血圧は150・90とやや高く、いつもは120くらいだそうです。ニトログリセリンのテープを胸に張ると血圧がやや低下して、心電図の狭心症の変化は正常に回復しました。つまり心電図は昨日正常だったものが、今日は狭心症の変化を示し、薬により正常へ回復しました。

「昨日よりは今日は朝から調子が悪かったのですが、テープを貼ってもらってからは、胸が少し楽になった気がします。」Qさんは落ち着いた表情で言いました。

狭心症は心臓に血液を送る冠動脈が90%くらい詰まると、歩行時に血液が十分に流れなくなることで胸が苦しくなり心電図が変化します。安静やニトログリセリンで血液が流れるようになると、症状と心電図は回復します。糖尿病の期間が長いと痛みの神経が鈍くなるため胸痛を感じない狭心症も時々経験しますが、ふらつきが起こる人は珍しいと思います。

私は病院へ電話して救急科の担当医に相談したところ、救急医は状況をすぐに理解して、救急車で搬送してくださいと言いました。Qさんはベッドから起き上がって救急車は勘弁してくださいと、付き添っていた若い娘さんの運転する自動車ですべて病院へ向かいました。病院につくとQさんはまず造影剤を静脈から点滴してCTを撮影してもらい、驚いたことに冠動脈の3本とも狭窄していることがわかりました。その日入院となり、血管造影で詳細をみると1本の動脈に複数の狭窄があり、ステントだけでは治療困難と判断されました。2日後に冠動脈バイパス術を受けました。

Qさんの診断と治療の流れ



1か月過ぎると、Qさんが帰ってきました。付き添いの娘さんも一緒です。入院生活で少しやせたようですが、しっかりと足取りで診察室に入ってきて、私の顔を見るなり「あはは、手術と言われてびっくりしました。でも今は退院してなんとか生活しています。甘いものも控えています。」

まだ体調は元通りではないようですが、歩く時のふらつきや胸の不快感はなく落ち着いて生活しているとのことでした。

Qさんに顔立ちが似ている娘さんは、Qさんよりは心配性のように、ずいぶん深刻な面持ちで言いました。「母はそういいますが、実は甘いものをやめようとしません。手術したから、もう大丈夫と言い張るのです。」

私は手術してから間もない患者さんにごっかりさせるようなことは言いたくなかったのですが、真実を告げることも重要と思い、笑顔でQさんに言いました。

「血糖値が高いままでは、冠動脈の狭窄がさらに増える危険性がありますよ。または将来、冠動脈とは関係なく高血糖の作用で心臓の筋肉が弱って心不全を起こすかもしれません。」Qさんは私のおどかしには乗らずに答えました。「あはは、とにかく心臓がよくなったのだから、よく歩いて血糖を下げます。」

その後3年たちますが病状は安定しています。血糖は変わらないものの毎日時間をみつけてはよく歩いて生活しています。デパートの地下にある和菓子と洋菓子コーナーを散策するQさんの姿を見かけたこともあります。Qさんに言わせるとそれも大事な運動の一つだそうです。

話の内容は臨床の事実に基づいていますが、登場人物は架空です。

## コレステロールと喫煙と動脈硬化について

健診結果をみると「LDL コレステロール」「HDL コレステロール」の値が記載されていますので、LDL やHDL の意味を解説します。

コレステロールは脂溶性で水に溶けにくいいため、血液中には単独で存在できないためリポ蛋白という運搬役に付着して血液中を循環しています。LDL は low density lipoprotein (低比重リポ蛋白)、HDL は high density lipoprotein (高比重リポ蛋白) の略字です。

HDL コレステロールは善玉コレステロールとされています。

HDL コレステロールは血中のコレステロールが過剰になると、肝臓へ輸送して蓄積させることにより血液中のコレステロール濃度を低下させます。

臨床の事実として、HDL コレステロールが低い人ほど（とくに中性脂肪も高い場合）心臓病を発症する頻度が高くなることが明らかにされています。

LDL コレステロールは悪玉コレステロールのことです。

LDL コレステロールが血液中に過剰に存在すると血管壁に沈着して動脈硬化を引き起こし、症状がない状態が長く続いたあと、ある日突然脳梗塞や心臓病(狭心症と心筋梗塞)を発症することがあります。血液中の LDL コレステロールが高い人ほど心臓病の発症率が高いことや、コレステロールの合成を抑えて血液中の値を下げる薬(スタチン)を内服すると、心臓病の発症が30%程度低下することがわかっており、LDL コレステロール(悪玉)の高い状態を是正する必要があることが示されています。

LDL コレステロールが血管に沈着しただけでは動脈硬化をすぐに生じません。沈着したコレステロールがタバコの煙やストレス、感染などにより酸化(過剰に酸素が結合して組織を障害します)や変性を起こして、本来と別の姿に変身します(異物になります)。この変性したコレステロールを白血球が異物と認識して様々な異物処理(一種の免疫反応です)を始めると動脈硬化が進行していきます。

少し乱暴な表現になりますが、白血球が血管壁に沈着したコレステロールを排除して、そのあとをセメントのような物質で塗り固めますので、血管が硬くなります(カルシウムを含んでいるため)。

**といわけタバコはこの反応を起きやすくさせます。  
通常の紙巻タバコはとくに危険です。**

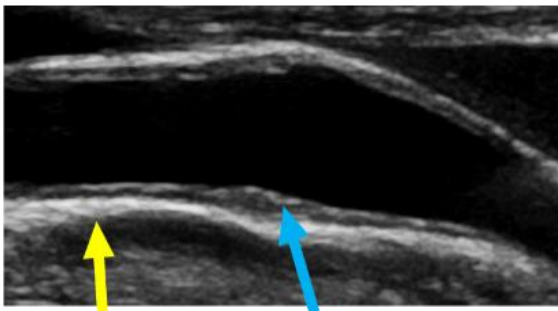
紙巻タバコが燃焼すると460℃まで温度が上昇して、ニコチンだけでなくホルムアルデヒドやベンゼンなどの有害な化学物質が数百種類発生することが知られており、その中の70種類は発がん性があるとされています。これらの有害物質がコレステロールの変性も促進するようです。

また、喫煙本来の目的であるニコチン自体も、血管を収縮させて血栓形成に関わるトロンボキサン A2 という化学物質を誘発することが知られており、ニコチンが血栓を起こしやすくする恐れがあります。血栓ができると血管が閉塞して脳梗塞や心臓病を発症します。

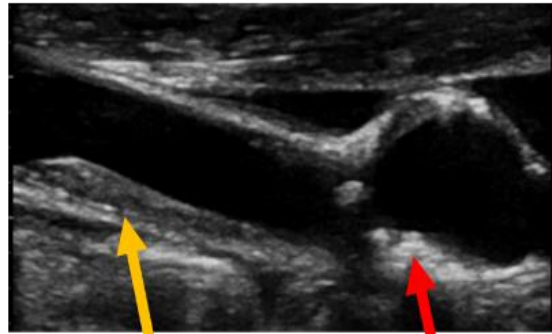


頸動脈IC-による  
コレステロール沈着の描出

プラークはコレステロールの沈着によると考えられています。  
カルシウムが沈着すると硬くなり石灰化します  
石灰化は喫煙者によく見られます



頸動脈の血管内部の壁 軽度のプラーク



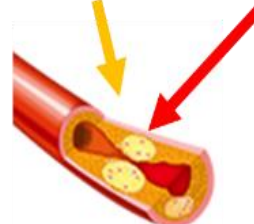
盛り上がったプラーク 石灰化したプラーク



正常の血管内部の構造



喫煙を続けると



コレステロールが沈着してタバコが作用すると血管の内部が狭くなり、血栓を作りやすくなります

このような動脈硬化の進行を予防するために、健診結果でLDL コレステロール（悪玉）が高い方、またはHDL コレステロール（善玉）が低い方は、十分に注意して食事や運動療法に取り組んでください。

とくにコレステロールの異常があり、かつ喫煙される方はかなり危険です。喫煙とコレステロール以外にも高血圧、糖尿病、睡眠不足、働きすぎ、運動不足、過度の緊張など、動脈硬化には様々な危険因子がありますので、ご注意ください。

参考文献

日本循環器学会禁煙推進委員会のホームページ 現代化学2018年10月号（東京化学同人）

## まずはご相談ください

患者さんから時々「これはどこに掛かったらいいですか？口の中だけど歯医者さんで聞くのは変でしょうか？」と聞かれることがあります。

「歯医者さん」と呼ばれていますが、歯科医師が専門としている疾患は、むし歯ではありません。口腔全体を診るのが歯科医師です。

歯や歯茎はもちろんですが、顎の関節や骨、舌、唇、頬の内側も歯科の専門分野です。場合によっては副鼻腔炎も歯科が担当することもあります。

- ・虫歯を放っておいたら顎や頬が腫れてきた！
- ・転んでぶつけて、唇や頬から血が出た！顎の骨が折れているかもしれない。
- ・話題になっていたけど、自分も舌癌、歯肉癌ではないか心配。
- ・顎を開け閉めする時に痛みが出る。
- ・最近味がよくわからない。

これらは、すべて歯科で相談していただいて大丈夫です。

歯科領域以外の病気が原因となり、口腔内に症状が出ている場合もありますが、もし、上記に該当するかもしれないという方は、まずは歯科でご相談ください。

電話による予約診療受付時間 月～金 9:00～17:00  
 直通電話 (052) 950-0560

あなたには  
**何でも相談できる**

かかりつけ歯科医はいますか？

15～79歳の男女10,000人インターネット調査結果では歯科治療経験者の63%は「かかりつけ歯科医」がいると回答がある一方で、定期的に歯科受診している人は31%でした。

## 愛知三の丸クリニックの診療科目と診療時間

### 【診療科目】

内科、外科、眼科、皮膚科、歯科・歯科口腔外科

【診療時間】(都合により担当医師が変更となる場合があります。)

2019年7月1日現在

診療科目	時間	月	火	水	木	金
内科	午前	(血液)杉崎 (循環器)飯田	(ほうだい) (内分泌)蓬臺 (循環器)加藤	(循環器)石黒 (血液)下川 (循環器)飯田	(循環器)飯田 (消化器)岡田	(内分泌)浅井※2 (血液)緒方
	午後	(呼吸器)※1 (血液)緒方 (循環器)飯田	(循環器)松波 (血液)緒方	(循環器)飯田 (血液)下川	(循環器)宮部 (血液)杉崎	(呼吸器)渡辺 (血液)杉崎
外科	午前	—	—	—	鈴木	—
	午後	—	鈴木	—	—	—
眼科	午後	中村	—	—	鶴田(第1・3・5週) 長屋(第2・4週)	—
皮膚科	午後	—	—	—	(かよう) 嘉陽(第1・3・5週) 梶村(第2・4週)	—
歯科 歯科口腔外科	午前	(ふさやま) 總山	總山	總山	總山	總山
	午後	總山	總山	總山	總山	總山

(※1) 月曜午後の呼吸器は、第2週と第4週のみ診察します。

(第2週は中畑医師、第4週は石田医師、重松医師、山田医師のいずれかが診察します。)

(※2) 金曜午前の内分泌は、第2週と第4週のみ診察します。

### 【診療受付時間】

午前： 8時50分から11時00分まで

午後：12時50分から15時30分まで(眼科は15時00分までの受付です。)

※小児心療科は完全予約制となっております。

### 【その他】

休診日については、院内掲示もしくは当クリニックホームページでご確認ください。

URL：<http://www.sannomaru-hp.jp/>

医科の再診の場合は、総合受付または電話(医科予約受付専用電話：052-961-7012)にて予約を受け付けます。

歯科の予約は、歯科受付窓口または電話(歯科予約受付専用電話 052-950-0560)にて予約を受け付けます。

各種健康診断・人間ドックのお問い合わせは、電話(052-950-0500)にご連絡ください。

### 【禁煙外来について】(内科)

当クリニックでは、毎週水曜日に、内科の下川医師の指導・管理の下に内服薬を用いた禁煙指導(禁煙外来)を行っています。

内服薬による禁煙をご希望の方は、お気軽にご来院ください。

### 【AGA(男性型脱毛症)について】(外科・皮膚科)

AGA(男性型脱毛症)による薄毛でお悩みの方は、外科(毎週火曜日の午後、木曜日の午前)及び皮膚科(毎週木曜日の午後)において、医師の診断の下に内服薬フィナステリド錠(プロペシア錠)の処方を行っています。

AGAは少しずつ進行しますので、できるだけお早目の受診をお勧めしています。

当クリニックにご来院の際は、保険証、診察券(初めての方を除く)を持参し、総合受付にお申し出ください。

#### 編集後記

愛知三の丸クリニックだよりの感想や取り上げてほしいテーマ等がありましたら下記メールアドレスにご連絡ください。今後の参考にさせていただきます。

E-mail

[aichi-sannomaru-hp@oregano.ocn.ne.jp](mailto:aichi-sannomaru-hp@oregano.ocn.ne.jp)

住  
電

#### 愛知三の丸クリニック

所 名古屋市中区三の丸3-2-1  
話 052-961-7011(代表)  
052-961-7012(医科予約専用)  
052-950-0560(歯科専用)  
052-950-0500(健診専用)

(一般用)