



# 「糖尿病網膜症ってこんな病気」

検査技術科 視能訓練士 **おの えつもり 悦盛**



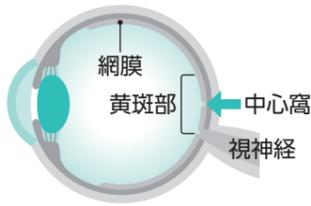
糖尿病に関連する合併症のうち糖尿病網膜症は、糖尿病腎症・神経障害とともに糖尿病の3大合併症のひとつで、我が国では成人の失明原因の上位に位置します。糖尿病網膜症は、糖尿病になってから数年から10年以上経過してから発症し、かなり進行するまで自覚症状がないため注意が必要です。そこで、今回は眼の合併症である「糖尿病網膜症」についてお話しします。

## 網膜とは

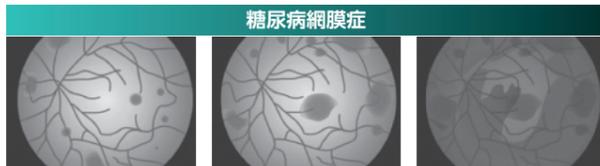
網膜とは、眼球の内側にある膜状の組織で、カメラでいうフィルムの役割を果たしています。網膜には、光や色を感じる働きを持つ視細胞と、それを脳に伝える神経線維からできています（神経線維が集まって束になったものが視神経）。

網膜の中心にある直径1.5～2mmの場所を黄斑部、その真ん中の少し窪んだ部分を中心窩といい、一般的にものを見る時は最も解像度の高い中心窩で見えています。

### 【眼球断面図】



正常な網膜



単純網膜症 前増殖網膜症 増殖網膜症

※糖尿病黄斑症・・・黄斑部の血管から血液中の水分が漏れ出して黄斑部にたまり、浮腫（むくみ）が起こっている状態。単純網膜症から増殖網膜症に至るまでの病期にも発症し、視力低下や歪みなどの症状が出る。

## 糖尿病網膜症の治療

### (1) 網膜光凝固術

網膜光凝固術にはレーザーが用いられ、通常は通院で行います。網膜光凝固術は主に網膜の酸素不足を解消し、新生血管の発生を予防したり、すでに出現してしまった新生血管を減らしたりすることを目的として行います。

### (2) 硝子体手術

レーザー治療で網膜症の進行を予防できなかった場合や、すでに網膜症が進行して網膜剥離や硝子体出血が起こった場合に対して行われる治療です。目の中の出血や増殖組織を取り除いたり、剥離した網膜を元に戻したりするものです。

### (3) 薬物注射

黄斑浮腫（むくみ）を減少させたり、新生血管を退縮させたりするための治療です。

## 糖尿病網膜症を予防するには？

- 定期的眼科・内科に通院する
- 血糖値を目標の値にコントロールする
- 血圧・コレステロールの値を望ましい範囲にコントロールする
- 喫煙をしない
- 体重を望ましい範囲にコントロールする

眼科では、眼に起こってしまった病変を早期に発見して治療することが目的となります。糖尿病網膜症を予防するためには糖尿病自体を悪化させないように内科でしっかり治療することが最も重要です。

## 糖尿病網膜症とは

糖尿病網膜症は、糖尿病で血糖コントロールが悪い状態が続くために、網膜の細い血管が傷つき、血管が詰まったり、出血したりするようになります。もともとある血管が障がいを受けて機能しなくなってくると、栄養分などを届けられなくなるため、新しい血管（新生血管）ができます。この血管はとてももろく、出血や成分の漏れをたびたび起こし、視界のかすみや視力低下などの症状を引き起こします。

さらに進行すると、網膜剥離や緑内障といった病気を併発し、失明することがあります。

## 糖尿病網膜症の分類

糖尿病網膜症は、進行の程度により大きく三段階に分類されます。

病期	所見	自覚症状
単純網膜症	点状出血、硬性白斑、毛細血管瘤	なし
前増殖網膜症	軟性白斑、黄斑浮腫、網膜内最小血管異常	ほとんどなし
増殖網膜症	黄斑浮腫、新生血管、硝子体出血、網膜剥離、増殖膜形成	視力低下、歪み、飛蚊症

# 雲南病院だより

## 「超音波内視鏡検査(EUS)で

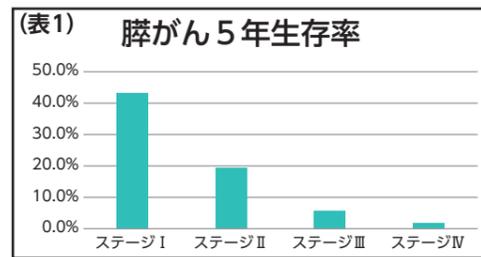
## 膵臓がんに立ち向かえ！」



内科 医長 **原 拓史**

膵臓がんは日本で4番目に死亡者数の多いがんであり、女性漫才コンビ「今いくよ・くるよ」の今くるよさんが膵臓がんで亡くなられたというニュースは記憶に新しいと思います。

最近の国立がん研究センターのがん統計によると、令和元年に新たに膵臓がんと診断された人は4万3865人であり、男女ともに50代後半から徐々に増え始め、年齢とともに増加傾向となつていきます。雲南市は高齢化率40%を超えていることから、他人事ではないがんの一つです。膵臓がんは全体の5年生存率が8.5%（男性8.9%、女性8.1%）とかなり予後が悪いことで知られており、下記（表1）をみると膵臓がんはステージ（がんの進行度）が悪くなるにつれ、極端に生存率が下がっており、膵臓がんの早期発見がいかに重要かが分かります。



引用元：国立がん研究センターホームページ  
がん診療連携拠点病院等院内がん登録2012年3年生存率、2009年から10年5年生存率公表  
喉頭・胆嚢・腎・腎盂尿管癌3年初集計 部位・病期別5年生存率  
[https://www.ncc.go.jp/information/pr\\_release/2019/0808\\_1](https://www.ncc.go.jp/information/pr_release/2019/0808_1)

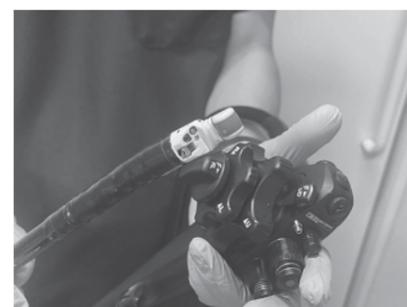
しかし膵臓がんは自覚症状が出にくいがんであり、腹痛や黄疸などの症状が出て病院に行つたときには、進行した状態で見つかることも珍しくありません。膵臓がんのリスク因子としては下記のようにな方と言われており、これらの条件に複数当てはまる方は血液検査や画像検査などを受けることをお勧めしています。



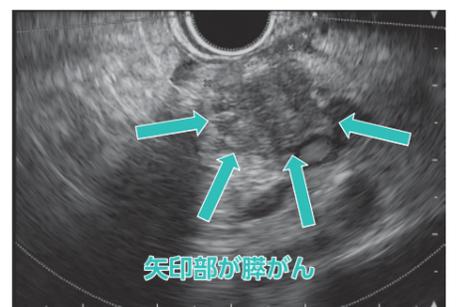
- 膵臓がんリスクの高い方
  - ・血縁者に膵臓がんの人がいる
  - ・膵臓がんを発生しやすい遺伝性の持病がある
  - ・糖尿病
  - ・慢性膵炎
  - ・喫煙歴
  - ・肥満
  - ・膵のう胞
  - ・大量飲酒の習慣

当院はこの4月から膵臓がんの早期発見に向け、超音波内視鏡検査(EUS)を導入し、膵臓がんが疑われた方などの検査に用いています。この内視鏡の構造としては胃カメラの先端に超音波の器械を内蔵しており、超音波内視鏡の先端を胃壁や十二指腸壁にあてて観察を行うと、これら膵臓のすぐ向こう側にある膵臓を至近距離で見ることが出来ます。この近接した状態により詳細な膵臓全体の観察が可能になります。検査方法に関しては胃カメラを飲むのと同じようなやり方で検査を受けることが可能であり、鎮静剤や鎮痛剤などを用いて、なるべく苦痛の少ない検査を心掛けていきます。膵臓がんが疑われる場面においてCTやMRIなどの画像検査を行うことは重要ですが、これらの検査では指摘できない、より小さな膵腫瘍を超音波内視鏡検査(EUS)では発見することが出来るため、膵臓がん早期発見の糸口になりうると思われています。

膵臓がんは怖いがんではありますが、市民一人ひとりが膵臓がんについての理解を深め、適切な検査と治療を受けることで、早期診断や生存率の向上が期待できます。私たち医療スタッフも質の高い医療を提供するために日々努力してまいります。心配なことがありましたら、いつでも相談してください。



超音波内視鏡スコープ (オリンパス社)



矢印部が膵がん

総合診療医が答える

# 「こんな症状や疑問 持っていませんか？」

## 第47回：「自然の中で歩くことは身体にいいんですか？」

このシリーズでは総合診療医が患者さんからいただいた質問をもとに市民の皆さんが困っている症状や疑問について解説します。



先日いただいた質問はこれです。

### 「自然の中で歩くことは身体にいいんですか？」

実は、最近、自然の中で運動することの価値が見直されています。最近分かった研究結果では、

### 「自然の中の生活は

骨粗鬆症を予防する可能性がある」  
そうです。

自然の中での生活が多い方ほど、骨粗鬆症のリスクが低いことが証明されています。生活圏内に自然がどれくらいあるかどうかと骨粗鬆症の発症の関係を調査し、自然にさらされた方は、全くない方と比較した場合、骨粗鬆症のリスクが、56%程度も低下するようです。これに、運動を加えれば、さらに骨粗鬆症のリスクが下がりますね。

自然の人体に与える影響はまだ十分に解明されていませんが、多くの研究が自然にさらされることが健康によいことを示しているため、積極的に自然にさらされるように生活していきたいですね。



## お知らせ

### ◆ 糖尿病教室開催 ◆

- 開催日時 7月18日(木) 14時～16時
- 会場 雲南市立病院 4階大会議室

【テーマ】糖尿病に併発しやすい高血圧症、脂質異常症について  
講師 雲南市立病院 医師 三宅仁美 (糖尿病専門医)  
管理栄養士、臨床検査技師

【参加費】 無 料

【予約・問い合わせ】 ※予約が必要です  
雲南市立病院 保健推進課 Tel.0854-47-7510

- ・糖尿病治療中
- ・糖尿病と言われたことがある
- ・健診で血糖が高いと言われた
- ・家族が糖尿病 …… など

ぜひ参加してください。お待ちしております。



## 職員採用試験案内

令和7年4月1日採用予定の職員採用試験を行います。受験希望の方は受付期間内に申込書を提出してください。詳細は、雲南市立病院ホームページ (https://unnan-hp) に掲載しています。  
※看護師・薬剤師・診療放射線技師については令和6年度中の採用もあります。

### 看護職

#### 1. 試験区分、採用予定人数および受験資格

試験区分	採用予定人数	受験資格
看護師	10人程度	昭和59年4月2日以降に生まれた方で、看護師の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)

#### 2. 受付期間

- ・受付期間 7月24日(水)まで
- ・受付時間 9時～16時まで (土・日・祝日を除く)
- ※郵送の場合、7月24日(水)までに到着したものを受け付けます。

#### 3. 試験日時および試験会場

試験日時	8月7日(水)	受け付け：13時～13時15分	・試験開始：13時30分
試験会場	雲南市立病院		

### 医療技術職

#### 1. 試験区分、採用予定人数および受験資格

試験区分	採用予定人数	受験資格
薬剤師	各1人程度	昭和59年4月2日以降に生まれた方で、
診療放射線技師		薬剤師の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)
理学療法士		診療放射線技師の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)
作業療法士		平成6年4月2日以降に生まれた方で、
言語聴覚士		理学療法士の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)
管理栄養士		作業療法士の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)
臨床検査技師	言語聴覚士の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)	
		管理栄養士の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)
		臨床検査技師の免許を有する方 (免許取得見込みの方含む)

#### 2. 受付期間

- ・受付期間 7月24日(水)まで
- ・受付時間 9時～16時まで (土・日・祝日を除く)
- ※郵送の場合、7月24日(水)までに到着したものを受け付けます。

#### 3. 試験日時および試験会場

試験日時	8月9日(金)	受け付け：13時～13時15分	・試験開始：13時30分
試験会場	雲南市立病院		

### 一般事務職

#### 1. 試験区分、採用予定人数および受験資格

試験区分	採用予定人数	受験資格
一般事務職 (行政職)	1人程度	平成6年4月2日以降に生まれた方で、高校卒業程度の学歴を有する方

#### 2. 受付期間

- ・受付期間 7月12日(金)まで
- ・受付時間 9時～16時まで (土・日・祝日を除く)
- ※郵送の場合、7月12日(金)までに到着したものを受け付けます。

#### 3. 試験日時および試験会場

試験日時	【一次試験】 7月27日(土)	受け付け：9時～9時15分	・試験開始：9時30分
	【二次試験】 8月22日(木)	※一次試験合格者のみ 日程などの詳細は第一次試験合格通知の際にお知らせします。	
試験会場	雲南市立病院		

※職員採用試験を通じて収集した受験者の個人情報、職員採用試験および職員として採用された後の人事管理にかかわる事務に利用することを目的とし、それ以外の目的のために使用することはありません。

【問い合わせ先】 雲南市立病院 総務課 Tel.0854-47-7532 (直通)