

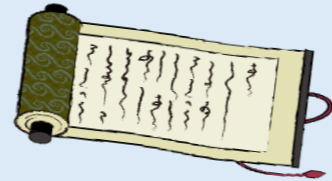
四季だより ~2024夏~

本厚木メディカルクリニック
2024年7月13日

院長の金重です。

2024年夏号では『糖尿病をもっていた有名人』と題してお話をしたいと思います。

現在ほど糖尿病の検査や治療が確立していなかった昔は、糖尿病の本質が理解されておらず、忙しかった有名人は生活習慣の改善まで考えが及ばなかったことも事実です。日本での史実に基づいた記述で最初に挙げる人物は現在大河ドラマに登場している藤原道長です。



1. 日本歴史上糖尿病をもっていた有名人

平安時代の左大臣の地位にあった藤原道長と糖尿病の関係については詳細な記録が残っています。道長の先輩格であった藤原実資サネスケ(ドラマでは秋山竜次が怪演)という同時代の先輩格が「小右記」という日記のなかで詳細に道長の病状について記載しています。

それによると、のどが渇いて水を大量に飲み、身体がやせて体力が無くなった。背中に腫れ物が出来て、足がしびれて目が見えなくなった、と記述されています。

まさに道長は糖尿病の合併症に悩まされていたことが推測されます。また源頼朝、織田信長、徳川家康らも糖尿病であったことは、意外に知られていません。

例えば源頼朝は落馬して急死したと言われていますが、武将である源頼朝は脳梗塞で意識がなくなって落馬したとも言われています。歴史上の人物で糖尿病の記録が残っているのは明治天皇です。

40歳過ぎから肥満傾向になりましたが、極度の医者不信で医師団の診察を拒否していました。その結果糖尿病性腎症による尿毒症で、60歳で崩御されました。

また明治の文豪夏目漱石や今年の新一万円札のモデルになった渋沢栄一、詩人の北原白秋、文豪の幸田露伴も糖尿病だったと言われてます。現存している日本の有名人、芸能人で糖尿病をカミングアウトしている主な方々の名前を列挙すると、

みのもんだ、大竹まこと、松山千春、久米 宏、小倉智昭、野球界では元木大介、岩田稔、清原和博

また最近では糖尿病性壊疽で右腕の切断術を受けた元プロ野球投手の佐野慈紀氏が自身のSNSで糖尿病が原因であったことを明かしています。

2. 海外の糖尿病を持った有名人

発明王のエジソン、作曲家バッハ、画家のセザンヌ、作家のヘミングウェイなどそうそうたる名前が挙げられます。最近では映画俳優のトム・ハンクスもSNSで糖尿病であることを伝えています。

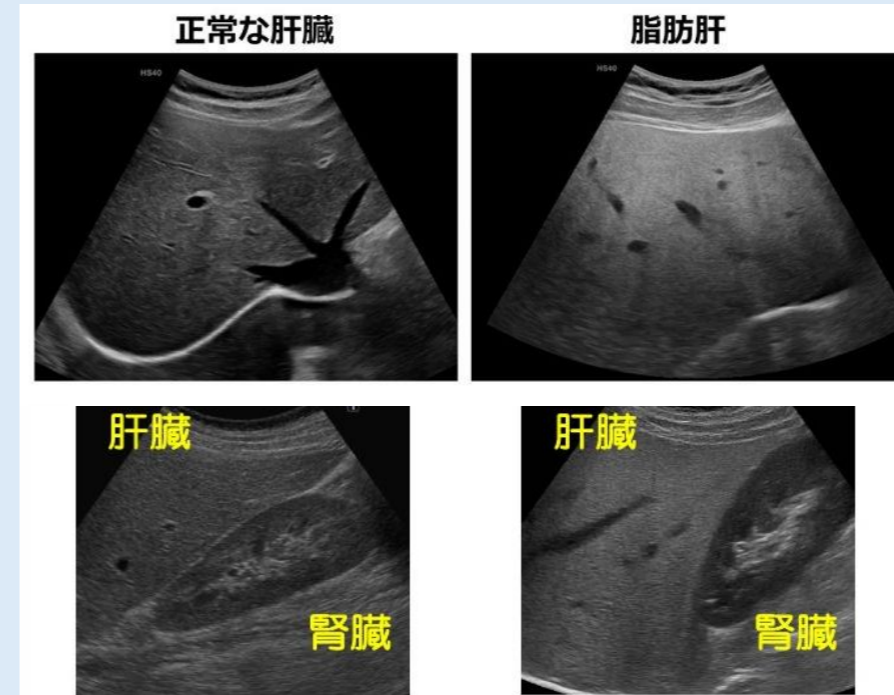
また英国のメイ元首相は、1型糖尿病でインスリン強化療法を行いながら政務をこなしていました。

このように糖尿病の歴史は長く、歴史上多くの人物との関わり合いが深いことは興味深いことと思います。



～脂肪肝にはご注意を～【検査科 深澤綾子】

脂肪肝とは、肝臓に中性脂肪が沈着した状態です。お酒をたくさん飲む人や食べ過ぎ、夜型の食生活などが原因で起こる疾患です。食生活の欧米化に伴い年々増加していて、日本人の3人に1人が脂肪肝ともいわれています。メタボリックシンドロームを合併しやすく、放置すると肝硬変などを引き起こす場合があります。前回の四季だより春号で院長先生が『沈黙の臓器、肝臓』と書かれていた通り脂肪肝は無症状のまま進行します。そのため、脂肪肝を発見するには医療機関での血液検査や腹部エコー検査が必要です。腹部エコー検査において脂肪が沈着した肝臓は正常な肝臓よりも白く描出されます。腎臓は脂肪が沈着しない臓器なので、肝臓と腎臓の濃淡の差(肝腎コントラスト)を脂肪肝の度合いの参考基準にします。



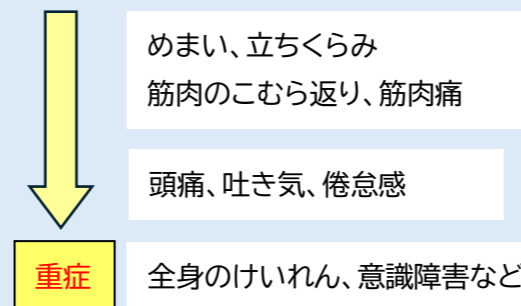
進行していない脂肪肝の段階なら生活習慣を是正することで改善することが期待できます。運動などを楽しみつつ、暴飲暴食は控え、体重管理を心がけることが大切です。当院でも検査ができますので、気になる方は診察時に先生にご相談ください。

～熱中症と脱水症～【管理栄養士 細道美緒】

熱中症とは? 私たちの体は、常に熱を生み出しています。それと同時に、周りの温度が高くて体温が上がれば熱を体の外に逃し、周りの温度が低くて体温が下がれば、熱をため込むなど常に適切な体温になるよう調節をしています。この働きに異常が起こり、体の中に熱がこもってしまうと熱中症になります。

脱水症とは? 脱水とは身体から水と電解質(塩分など)も同時に失われた状態のことで、微熱・口渇感・体重減少・尿や発汗の減少などの症状が現れます。体重の2%以上の体液が失われると、脱水症に陥ります。脱水症は熱中症のリスクを高めます。

【熱中症の症状】



熱中症予防のために

- ① 暑さを避ける!
扇風機やエアコンで温度調整
外出時は日傘や帽子の着用
天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす
- ② こまめに水分を補給する!
室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分を補給する

