病診連携ニュース

ねっとわーく

Net Work　2023年 冬号　No. 82

能登半島
2024.1.15-20

釧路赤十字病院より
第一救護班派遣

尿に糖を出す薬？SGLT2 阻害薬

地域・患者サポートセンター

にぶし温泉診療所

日本赤十字社 釧路赤十字病院
Japanese Red Cross Society
Japanese Red Cross Kushiro Hospital

長崎 未季 Nagasaki Miki
薬剤師

「尿に糖を出す薬？ SGLT2 阻害薬」

「糖尿病」その名のとおり

糖尿病は、その成り立ちによっていくつかの種類に分類されますが、大きく分けると「1型糖尿病」、「2型糖尿病」、「その他の特定の機序、疾患によるもの」、そして「妊娠糖尿病」があり、膵臓からインスリンが分泌されない、またはインスリンが十分に働かないために、細胞に糖が正常に取り込めなくなることで慢性の高血糖となる病気です。

さて、「糖尿病」という名前は「尿に糖が出てくる」ことから名付けられていますが、糖尿病治療薬の中にはわざと尿に糖を出させて血糖値を改善させる効果のあるものが存在します。今回はそのような働きをする薬、SGLT2（エスジーエルティー・ツー）阻害薬についてのお話をします。

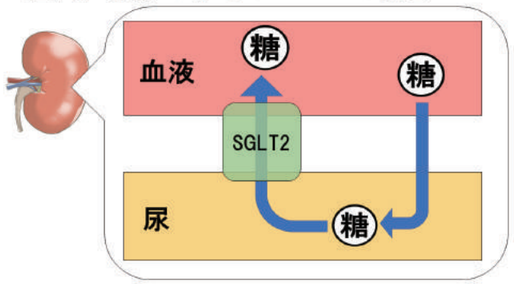
秘密は腎臓

どうして糖尿病になると尿に糖が出てくるのでしょうか？その秘密は腎臓にあります。腎臓は血液をろ過して、体の中に溜まった老廃物や水分、取り過ぎた塩分などを尿と一緒に体の外へ出してくれる働きがある臓器です。腎臓へはたくさんの血液が流れてくるため、糖分も一緒に腎臓へやってきます。糖分は、体や脳を動かすための大切なエネルギーですので尿として捨ててしまうのはもったいない。そこで、腎臓に入ってきた糖分は腎臓に存在するSGLT2というタンパク質によって体に再度取り込まれます（図1）。しかし、血液の中の糖分が多過ぎる（高血糖の状態）とSGLT2が渋滞してしまい、再吸収しきれずに尿の中にも糖分があふれてしまいます。それではどこに薬を使えばよいでしょうか？そうです。このSGLT2を邪魔することができれば、糖分は腎臓で取り込まれることなく尿中へ糖分が捨てられます（図2）。これにより、血糖値を改善することができるのです。これが「SGLT2阻害薬」の作用です。また、糖分が体の外へ捨てられるためエネルギー量が減り、体重減少効果も期待できます。さらにSGLT2阻害薬は心血管疾患や腎疾患の予防や治療に効果があることも研究されています。

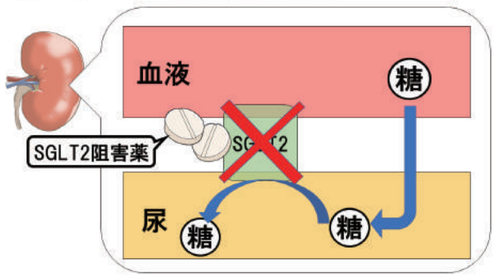
水分と清潔

一方で副作用にも注意しなければなりません。SGLT2阻害薬を服用中はトイレの回数が増える、喉が渇くなどの症状が出やすいです。水分をこまめにとって脱水症状にならないように注意しましょう。また尿に余った糖分を捨てるため、バイ菌が発生しやすいので感染症になってしまうことがあります。陰部を常に清潔に保ち感染症を防ぐことが大切です。

【図1】腎臓の中でのSGLT2の働き



【図2】SGLT2阻害薬の働き



地域・患者サポートセンター

Community Patient Support Center

地域の皆さまへ、開かれた窓口として

2023年9月19日、「地域医療連携室」「医療相談室」「入退院支援室」「訪問看護ステーション」「居宅介護支援事業所」を1か所に集約し、『地域・患者サポートセンター』を開設致しました。

栄養士や薬剤師との協働をはじめとした、院内の多職種連携・部門間連携を推進するとともに、様々な視点を持った専門スタッフが同一フロアで業務を行うことにより、入院前の段階から退院後の生活を見通した、切れ目のない支援を目的としています。

地域・患者サポートセンターは地域の皆さまとの開かれた窓口として、「患者さん、ご家族が安心できる地域連携」、「地域の医療・介護施設の皆さまから信頼される地域連携」、そして、「職員にとっても働きがいのある充実した地域連携」を目指します。

地域・患者サポートセンター

センター長

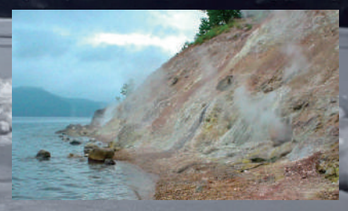
にぶし温泉
診療所

弟子屈町サワンチサップ
予約制精神科診療所

〒088-3464 北海道川上郡弟子屈町サワンチサップ
hokkaido kawakamigun teshikagachyou sawanchisappu

homepage：https://www.nibushionshin.com/
問い合わせ：Q@nibushionshin.com

釧路川の源流、屈斜路湖にある和琴半島には、超秘境温泉「オヤコツ地獄」がある。ここ周辺は硫黄泉が強く温泉感がすごい。



日中と夜の気温差で氷が収縮・膨張を繰り返し、やがて道のように盛り上がるのです。これは『長野県諏訪湖の御神渡り』と同じ氷丘脈という御神渡り現象。屈斜路湖の御神渡り現象は高さ 2m・長さ 10km にも成長することがあり、まさに日本一といえるほど壮観。

診察が、おまけになるような

――この土地（仁伏にぶし温泉）を選んだ訳は？

街にくらしている方であれば、一旦そこを離れて、森や湖や温泉の中に身を置く時間が、症状改善つながると考えます。診察はそのついでで良いと思うのです。多くの精神科外来では通常30分に4人から5人の予約が入っています。にぶし温泉診療所では、患者さんに「次回は何分ご希望ですか」とお聞きして15分、30分から選んでいただきます。例えば15分であれば、9時から9時15分はAさんのためだけに確保します。すると、お約束の時間にはお呼びして、その15分で決済まで完了します。30分なら30分で終わるので、その日の計画も立てやすい。お食事、温泉など楽しい一日の中に、おまけのように診察も入っている、そういう診療を目指しています。

――どのように予約をすれば良いですか？

ウェブサイトで予約可能な人数も掲載していますので、それを見ればいつ予約できるかわかります。月に2日、釧路の山花温泉リフレでも巡回診療していますが、そちらの方が需要があって予約が埋まりつつあります。弟子屈の仁伏温泉も山花温泉リフレも朝7時から診察しています。診察時間は外が明るい時間、7時から14時を基本にしています。7時～9時までの人は急いで診察を受けた後に、そのままお仕事に行く方を想定しています。クリニック養生邑では月1回夜の診察がありますが、その朝版で、仕事を休まなくても診察を受けて薬がもらえると便利ではないかと考えました。ただ距離があるので、そこはオンライン診療の枠としても利用しようと考えています。ご自宅なら朝の7時でも受診できるのではないでしょうか。

――生まれ、出身大学、開業するまでの経緯は？

茨城県水戸市出身です。20万人くらいの都市で、旭川と釧路の中間くらい。慶應義塾大学の文学部を5年かけて卒業。就職後1年で「自分はこんなことのために生きているのだろうか」と思い悩むようになりました。35年、この生活を続けていけるだろうかと。通院はしませんでしたが、今思えば適応障害だったと思います。仕事はマスコミの文化事業部で、展覧会や音楽会の部署と経済事業の部署に約3年いました。辛くなってからも、「辞めてしまったら、どうやって生きていけばいいんだろう」と悩みました。辞める人が少ない会社だったので、定年までいて当たり前、続かない奴は社会不適合者だ、という雰囲気でした。悩んだ結果、どういう仕事だったら自分も続けられるかと考えました。その時、父も母もカウンセラーをしていることを思い出しました。自分の経験も踏まえ、カウンセラーや精神科医だったら、自分も続けられるかもしれないと思ったのがきっかけで、医学部を目指しました。1年半浪人して、学士編入で旭川医科大学医学部に入りました。卒業後は慶應で初期研修と精神・神経科医局で後期研修を受け、福島県郡山市のあさかホスピタルで勤務したあと、縁あって、つるい養生邑病院に勤務しました。旭川医大を卒業してから、北海道へ戻りたい気持ちはずっとありました。父親が旭川出身で，曽祖父が元屯田兵で、旭川で旅館を営んでいた時代もありました。自分も2回目の大学生活を旭川で過ごして、人生で一番楽しい時間だったので、北海道が合っているのかなと感じましたね。道東は、旭川医大時代に川下りを覚えて、和琴半島でキャンプをして釧路川の源流を美留和橋まで下って。北海道を回った中でも一番好きな川だったので、弟子屈は好きな場所でした。摩周湖、屈斜路湖が大好きです。

――弟子屈町仁伏で開業する想定はどれくらい前から？

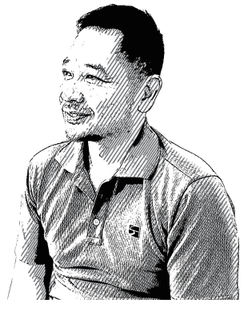
将来的には旭川近郊で開業しようと思っていました。つるい養生邑へ来て、弟子屈はとなり町なんだなぁと思って、改めて摩周湖、屈斜路湖に来てみて、仁伏温泉に出会いました。スキーでポンポン山に行ったり、屈斜路湖の御神渡りを見て、そこの写真も満月の時の写真なんですけど、こうやって屈斜路湖の上から藻琴山をみる、これはすばらしいなぁと。旭川近郊の予定が、2年間つるい養生邑の生活の中で弟子屈に変わりました。

――趣味は？

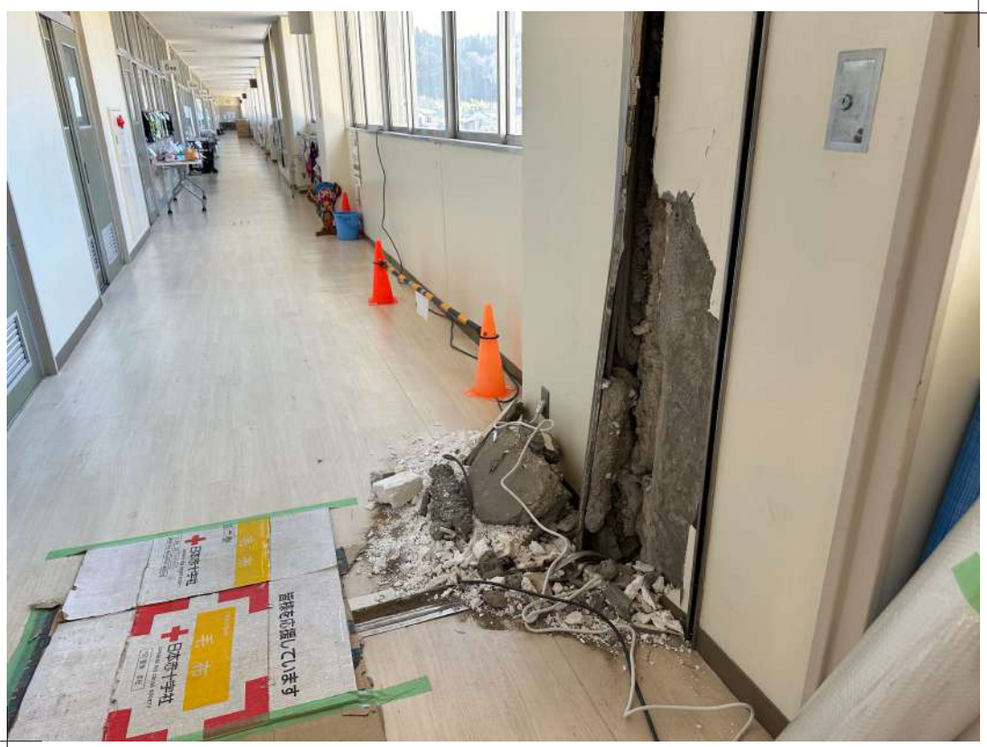
山歩きと冬はテレマーク（歩く）スキーをします。昨日は屈斜路湖で1日泳いでました。

2023年12月1日、北海道の東、弟子屈町仁伏温泉に精神科診療所開業。

ウェブサイトをご参照ください。
https://www.nibushionshin.com
※QRコードをスマホのカメラで読み取るとサイトにアクセスできます



真鍋 淳 Manabe Jun
精神保健指定医



編集後記

伝えたい言葉を、ぐっとこらえて、皆さんの心にどう届くかと、今季号を作成しました。当院へのご要望やご意見、本誌へのご感想等、QRコードにて是非お寄せ下さい。本年も宜しくお願い致します。

病診連携ニュースねっとわーく No.82
2024年2月26日 発行
編集・制作・発行 / 釧路赤十字病院
地域医療連携室
印 刷 / 須田製版
問合せ / TEL 0154-22-7171

日本赤十字社 釧路赤十字病院
Japanese Red Cross Society
Japanese Red Cross Kushiro Hospital