

糖尿病患者数は年々増加し、現在、800万人を数え、予備軍も含めると2000万を超えると言われる。また、今日的課題として、腎症も増加し、透析に至った患者数は25万人を超えて全透析患者の45%に達している。現在、その治療、管理方法や透析技術の確立が求められているとは言え、基本は血圧管理と食事療法を中心とする治療に変化はない。腎症は緊急な課題である。

診断基準は

① 糖尿病の罹病期間が一定期間（5年以上）であること。② 緩膜症や神経障害などの合併症が存在すること。③ 尿中蛋白（アルブミン）排泄量の陽性と増加がみられ、最終的には腎生検の確定診断が求められる。

一般的な症状として全身倦怠感と体重の急激な増加、もしくは減少がみられる。食欲はあるが体重が減少してもうことがある。口渴、

腎機能検査は通常どおりで経過観察することが一般的である。すな

く、腎機能検査は通常どある。眼瞼や下肢のむくみ（浮腫）多尿、無尿もみられる。

腎機能検査は通常どおりで経過観察することが一般的である。すな

く、腎機能検査は通常どある。眼瞼や下肢のむくみ（浮腫）多尿、無尿もみられる。

腎機能検査は通常どある。眼瞼や下肢のむくみ（浮腫）多尿、無尿もみられる。

腎機能検査は通常どある。眼瞼や下肢のむくみ（浮腫）多尿、無尿もみられる。

腎機能検査は通常どある。眼瞼や下肢のむくみ（浮腫）多尿、無尿もみられる。

腎機能検査は通常どある。

糖尿病腎症の課題

はじめに

多飲、多食、多尿、精力の減退がみられる。腎症の場合、尿中蛋白が失

いようにする治療が最

も重要な治疗。特に高度

の蛋白尿を示すネフロ

ーゼ症候群や腎機能低下をきたした患者では

腎不全に進行しやすくな

ります。



鈴森会行
千代田区神田岩本町
一番地 岩本町ビル内
鈴森会事務局
電話 (3253) 7081
発行者 石川 喜一郎
編集発行人 田中、金森

Cは最低でも7%以下
が要求される。また、こ
の時期は血圧も上昇す
ることが多く、降圧薬を
用いた積極的治療が必
要となる。血圧管理とし
て塩分制限や蛋白制限
などの食事療法は重要
である。

当クリニックは糖尿
病患者が多いものの透
析導入は殆んどない。し
かし、治療歴の長い患者
さんが多く、今後、合併
症として、重要さは増す
ものと推測される。従つ
て、腎不全、透析導入に
ならないためにも、日常
の悪い生活習慣を断ち、
日頃から精進すること
が要求される。

おわりに
病患者が多いものの透
析導入は殆んどない。し
かし、治療歴の長い患者
さんが多く、今後、合併
症として、重要さは増す
ものと推測される。従つ
て、腎不全、透析導入に
ならないためにも、日常
の悪い生活習慣を断ち、
日頃から精進すること
が要求される。

鈴森会は昭和四十年に創立された患者さんの会です。
当会の設立目的は、糖尿病及びその他の生活習慣病に関する正しい知識の普及、糖尿病患者及びその家族の療養指導など皆様の健康の推進に寄与することにあります。

鈴森会の主な活動☆
○ ブロック会：各地域の患者さんに集まって頂き、ビデオ講座など行
っています。(年六回)

○ ミニ講演会：重本先生による、生活習慣病の講演会を行っています。
(年二回)

○ 糖尿病教室：管理栄養士による糖尿病食の実地指導と質疑応答を行
っています。

○ 栄養相談：管理栄養士が一人三十分ずつ食事について指導しています。
○ 歩く会：先生と職員が同行してそれぞれの場所を散策します。(年二回)
○ 旅行：先生方や職員が同行し旅館に一泊して交流を深めております。
○ 盛り沢山な企画になっています。(年一回)

○ 総会：一年間の行事や收支報告、各分野の先生方をお招きし講演をしていただいております。
○ 血清クレアチニン2 mg/dl以上になると完治は困難で、透析ができるだけ遅らせ、透析導入への期間を延長させることがある。病態的には低蛋白症と浮腫、高血圧症、腎性貧血が出現、強力な管理が必要となる。また、肾機能正常になると心不全、腎不全になり、浮腫がみられ、尿中アルブミンが主体となり、糖尿病食から腎臓病食への切り替えが大切である。第5期になると心不全、腎不全になり、浮腫がみられるが体重が減少してしまったこともある。

○ 鈴森会は糖尿病以外の方どなたでも入会できますので、受付までお声をかけ下さい。

鈴森会の活動をよく理解し、一人でも多くの方が会員となり共に助け合い、力を合わせて、糖尿病の克服と健康増進を実現しましょう！

尚、会のお知らせは随时、当クリニックの待合室にて掲示されていますので、是非、御覽になつて下さい。

* 鈴森会は糖尿病以外の方どなたでも入会できますので、受付までお声をかけ下さい。

鈴森会の活動をよく理解し、一人でも多くの方が会員となり共に助け合い、力を合わせて、糖尿病の克服と健康増進を実現しましょう！

尚、会のお知らせは随时、当クリニックの待合室にて掲示されていますので、是非、御覽になつて下さい。

日本糖尿病協会支部 鈴森会会长 石川 喜一郎

① レタスはきれいに洗
グリーンサラダ
② テフロン加工のフライパンを熱して、サラダ油を入れ軽くかき混ぜて、チャップをかけ、パセリを添えます。

【朝食】作り方
① オムレツ
② テフロン加工のフライパンを熱して、サラダ油を入れ軽くかき混ぜてほぐし、分量の塩・コショウを加え混ぜ合わせます。
オムレツボウルに卵を割り入れてほぐし、分量の塩・コショウを加え混ぜ合わせます。

(日本食品標準成分表
2015年栄養計算)

今日は腎臓に負担がかかり過ぎます。その恵みがいただけです」と感謝しつつ「いただ

糖尿病と上手にお付き合いましょうか? 今は腎臓に負担がかかり過ぎます。

お元気でいらっしゃいますか。ラジオ体操や散歩には良い季節になつきましたね。

糖尿病性腎症献立

1800キロカロリー たんぱく質 50g

区分	献立名	分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
朝 食	食パン	食パン	60	158	5.6	2.6
	ジャム	いちごジャム	15	30	0.1	-
	オムレツ	鶏卵	60	91	7.4	6.2
		食塩	0.3	0	0	0.3
		こしょう	少々	-	-	-
		植物油	3	28	0	3.0
		パセリ	1	-	-	0
	ケチャップ	トマトケチャップ	10	12	0.2	-
	グリーンサラダ	レタス	40	5	0.2	-
		赤ピーマン	5	2	0.1	-
		たまねぎ	10	4	0.1	-
		フレンチドレッシング	10	41	-	4.2
	紅茶	紅茶浸出液	150	2	0.2	0
		レモン	10	3	-	-
昼 食	ご飯	めし精白米	180	302	4.5	0.5
	ポテトコロッケ	じゃがいも	90	68	1.4	0.1
		豚挽	15	33	2.8	2.3
		食塩	0.5	0	0	0.5
		たまねぎ	20	7	0.2	-
		植物油	2	18	0	2.0
		カレー粉	0.5	2	0.1	0.1
		こしょう	少々	-	-	-
		小麦粉	6	22	0.5	0.1
		鶏卵	7	11	0.9	0.7
		パン粉	10	37	1.5	0.7
		植物油(揚油)	13	120	0	13.0
	レモン添え	レモン	10	3	-	0
	線キャベツ添え	キャベツ	30	7	0.4	0.1
		とんかつソース	10	13	0.1	-
夕 食	華風サラダ	はるさめ	10	35	-	0
		きゅうり	15	2	0.2	-
		にんじん	10	4	0.1	-
		ごま油	2	18	0	2.0
		しょうゆ	3	1	0.2	0
		食酢	7	2	-	0
		こしょう	0.03	-	-	-
	果物	パイナップル	60	31	0.4	0.1
	ご飯	めし精白米	180	302	4.5	0.5
	さばのカリカリ	さば	60	196	10.3	16.1
		しょうゆ	3	2	0.2	0
		しょうが	2	1	-	0

合計

1801

48.2

60.7

5.0

糖尿病献立表
献立に添えて
本多 由美子

つてから、食べやすい
大きさに切り水にさ
らしてから、水気を切
つておきます。

②赤ピーマンは薄切り
にし、水にさらしてか
ら、水気を切つておき
ます。

③玉葱は、薄切りにし
水に晒してから、水気
を切つておきます。

④器に①～③を盛り付
け、ドレッシングを添
えます。

①温めたカツプに紅茶
を注ぎます。

* 粉あめは砂糖と同じ
カロリーですが甘さ
が少ないので砂糖よ
りもたくさん使うこ
とが出来るので手軽
にエネルギー補給が
出来ます。



【昼食】
ご飯
ポテトコロッケ

①じゃが芋は皮をむい
て4ツ切りにし、水か
ら茹で、つぶしておき

②厚手の鍋に油を入れ、
みじん切りにした玉
葱と挽肉を入れ炒め
たら、カレー粉と塩、
こしょうを加えます。

(3) ①②を混ぜて、一人分 2個の小判形に形を 整えます。	(2) 人参も線切りにしま す。
(4) 小麦粉、溶き卵、パン 粉の順につけ、高温で 揚げます。	(3) 厚手の鍋にサラダ油 を入れ、ごぼうを炒め、 さらに人参を入れ炒 めます。
(5) 皿に盛り、線切りキャ ベツ、レモン、ソース を添えます。	(4) 火を止め、水50mlと 調味料を入れて加熱 してから器に盛りま す。
華風サラダ	
(1) 春雨は軽く茹でます。 (2) 胡瓜は線切りにし、水 にさらしてから、水気 を切つておきます。	(1) 春雨は軽く茹でます。 (2) 胡瓜は芯を取り、櫛 形に切つて盛り付け ます。
(3) 人参は線切りにし、軽 く茹でておきます。	(3) 人参は線切りにし、軽 く茹でておきます。
(4) ボウルに、ごま油とし ょうゆと酢を入れ合 わせます。	(4) ボウルに、ごま油とし ょうゆと酢を入れ合 わせます。
【夕食】	ヨーグルト
(1) 鯖は、三枚に下ろし、 (2) 軽く水分を切つてか ら小麦粉をつけます。 (3) フライパンを熱し、(2) の鯖を両面焼きます。 (4) 器に盛りサラダ菜を 添えます。	(1) パインアップルは皮 をむいて芯を取りま す。 (2) 4ツ割に切つてから 厚切りにし、皿に2切 れ盛り付けます。



私の趣味
坂本 邦彦

変えてみました。今回の鈴森会報に何か書いておきたいと思います。糖尿病についての文章を書いてほしいと、だつたので、今回は形を	実、学生時代から人前で話をする事が好きな性分でしたので、社会人になつても営業職に就いて、一番助かったのが、人との対話だと思います。飛び込みセールスも苦にならず、いろいろな人と接触は楽しい思い出になり、会社を退職しても、得意様共とも手紙のやりとりをしていま
趣味を生かしての人との交流は、私の一番好きな名言でもある、「一期一会」と言う言葉に表さ	習得し、これを特技としているからです。また、学生時代から落語です。事務所（高校）からの落語です。事
趣味を生かしての人との交流は、私の一番好きな名言でもある、「一期一会」と言う言葉に表さ	交流の輪をどんどん広げたいと考えています。
趣味を生かしての人との交流は、私の一番好きな名言でもある、「一期一会」と言う言葉に表さ	して、趣味を生かしての宝であり、今後とも



糖尿病ケアの 世界的なリーディングカンパニー

novo nordisk
90
CHANGING LIVES FOR 90 YEARS

ノボノルディスクは、デンマークに本社を置き、世界75カ国に約34,700人以上の従業員を擁し180カ国以上で製品を販売する世界的なヘルスケア企業です。糖尿病ケアにおいては、「Changing Diabetes®—糖尿病を変える」を掲げ、糖尿病克服に向けての研究開発はもちろんのこと、さまざまな分野で社会活動を行っています。また、成長ホルモン治療や血友病の領域においてもリーディングカンパニーです。

ノボノルディスクファーマ株式会社
〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1 明治安田生命ビル
電話(03)6266-1000(代表) FAX(03)6266-1800
www.novonordisk.co.jp



astellas
Leading Light for Life
アステラス製薬
www.astellas.com/jp/



年間行事予定表(平成27年度)

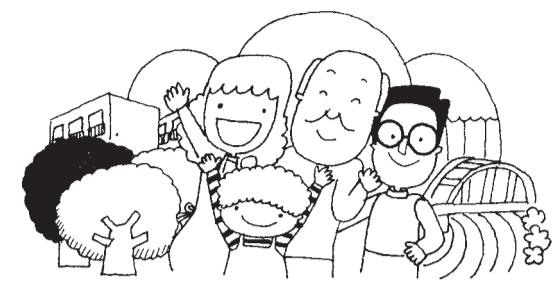
	ブロック会*その他の行事	その他	糖尿病教室
1月	*1/24ミニ講演会*		1月 24日
2月	2/28(文京、千代田、港、中央)ブロック (葛飾、墨田)ブロック		2月 28日
3月	3/28(市川)ブロック (中野、杉並、新宿)ブロック (世田谷、品川、目黒、大田、渋谷)ブロック	*3/14 *理事会*	3月 28日
4月		* 4/18 総会	
5月	5/23(北、豊島、板橋、練馬)ブロック (台東、荒川)ブロック	* 5/17 歩く会*	5月 23日
6月	6/13(江東、江戸川、足立)ブロック	* 6/27 *理事会*	6月 27日
7月	7/25(多摩地区・都区外)ブロック		7月 25日
8月	*8/22ミニ講演会*		8月 22日
9月		* 9/6 歩く会*	
10月		* 10/17・18 旅行会*	10月 24日
11月	11/28(千葉・埼玉・神奈川)ブロック		11月 28日
12月		*12/12 理事会*	12月 18日

Eisai

**患者様の想いを見つめて、
薬は生まれる。**

ヒューマン・ヘルスケア企業 エーザイ

エーザイはWHOのリンパ系フィラリア病制圧活動を支援しています。



「いつも笑顔で過ごしたい」
「そんな想いを情熱に変えています。
日々新薬の研究開発に打ち込んでいます。
私たちは心豊かな生活を実現に向けて、
常に医薬品が必要としている人々を見
つめ続けます。」

科研製薬株式会社
東京都文京区本郷二丁目28番8号
<http://www.kaken.co.jp/>



糖尿病とともに、
はつらつと生きる
あなたのため。



株式会社三和化学研究所
SKK 名古屋市東区東外堀町35番地 TEL:052-8631
●ホームページ <http://www.skk-net.com/>
●グルテス情報サイト <http://www.gluetest.com/>

Dedicated to Man's Fight against Disease and Pain

小野薬品工業株式会社
〒554-8526 大阪市中央区道修町2丁目1番5号
020401

“病気と苦痛に対する人間の戦いのために。”

我社の創業は西暦1717年であり、280年余という伝統の歴史を持っております。この伝統の上に人間の病気と苦痛に挑戦し、健康な生活に寄与する使命を誇りとされています。

Better Health, Brighter Future



タケダから、世界中の人々へ。より健やかで輝かしい明日を。

一人でも多くの人に、かけがえのない人生をより健やかに過ごしてほしい。タケダは、そんな想いのもと、1781年の創業以来、革新的な医薬品の創出を通じて社会とともに歩み続けてきました。

私たちは今、世界のさまざまな国と地域で、予防から治療・治療にわたる多様な医療ニーズと向き合っています。その一つひとつに応えていくことが、私たちの新たな使命。よりよい医薬品を待ち望んでいる人々に、少しでも早く届けます。それが、いつもも変わらない私たちの信念。

世界中の英知を集めて、タケダはこれからも全力で、医療の未来を切り拓いていきます。

武田薬品工業株式会社

Lilly
いのちの尊さにこたえます。

創業まもないイーライ・リリー大佐の薬局を訪れた少女は、
そう言しながら小さな手に握りしめていた
わずかなお小遣いを差し出しました。
母親が重い病気で、医者も周囲の大人たちも
「ミラクル(奇跡)だけが頼りだ」と語っていたというのです。

創業から135年余。
まだ貧乏されない医療ニーズにこたえるため、
絶え間なくイノベーションを追求し、
数々の「世界初」、「ミラクル」を生み出されてきました。
医療や科学技術が進歩した今も、さらなる革新的な新薬を求めて
真に価値ある医薬品づくりに日々邁進しています。
患者さん一人ひとりにとっての「ミラクル」を提供するために。

<http://www.lilly.co.jp/>



田辺三菱製薬
<http://www.mt-pharma.co.jp>

製薬会社は、
幸せな未来を
描けているだろうか?

MSDは、医薬品やワクチンの提供を通じて、日本の、
そして世界の医療ニーズにお応えしています。そこで
思い描いているのは、皆さまのすこやかな未来。
薬の力を未来の力につなげるために。これからも
MSDは、時代を切りひらく革新性と科学への探るぎ
ない信念で、画期的な新薬やワクチンの開発に
取り組んでいきます。

MSD株式会社
東京都千代田区九段北一丁目13番12号 北の丸スクエア www.msd.co.jp

新薬で、未来をひらく。

MSD

