

## 歯周病と糖尿病の意外な関係

田中歯科医院長 田中克典

最近の研究で糖尿病の人は歯周病になりやすく、歯周病が良くなれば糖尿病も改善することがわかってきました。歯周病の人の歯ぐきの炎症から出る成分TNF- $\alpha$ は糖尿病にとって重要な血糖値のコントロールを邪魔します。これは糖尿病を悪化させます。

歯周病の治療をきちんとし、定期的にお口のケアをして細菌をコントロールすると、糖尿病の血液検査の数値が少し良くなることわかってきました。(ヘモグロビンA1C※の値が0.5~1.0%改善)この1%の改善で糖尿病に関連する死亡率を21%予防できます。

また歯を失ったり動揺すると、固いものや野菜が食べられず、麺類などの柔らかい食事に偏りやすくなります。糖尿病にはよくありません。何でも食べられるよう、冠を被せたり入れ歯を作るなどの歯周病治療を含めた総合的治療が必要です。

糖尿病患者が携帯する「糖尿病連携手帳」には、主治医が検査結果や治療内容を記載します。本手帳は、かかりつけ医、病院、かかりつけ眼科医、かかりつけ歯科医、ケアマネージャーなど、多職種が連携しながら患者さんを支えることを目的としています。眼科や歯科などを受診する際にも、本手帳を提出することで、他科スタッフが患者さんの全身状態や治療状況を把握することができますので、ぜひ持参してくださいませようお願いします。

歯周病は、糖尿病以外のその他さまざまな病気との関連性が発表されていて、お口の細菌を減らせばリスクは減らせます。ご家庭での正しいブラッシングに加え、歯科医院でのプロケアが効果的です。

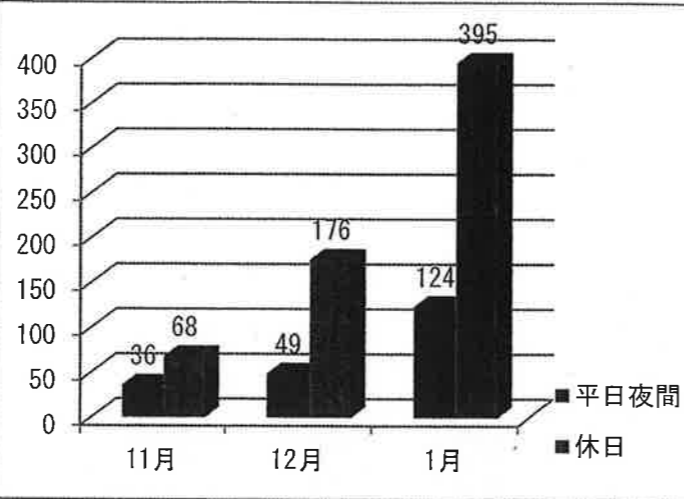
※ヘモグロビンA1Cとは  
血管の中でヘモグロビンがブドウ糖と結合したものです。正常値4.6~6.2%で6.5%以上になると糖尿病が疑われます。



## 長門市応急診療所の受診状況

(休日昼間、平日夜間の初期救急患者)

H29年11月1日~H30年1月31日



1日あたり患者数

	11月	12月	1月
休日	11.3	25.1	49.4
平日夜間	1.8	2.3	6.5



長門市応急診療所

まだインフルエンザに感染する可能性はありますので、咳エチケット、栄養や休養をしっかりと取る等、日々の健康管理には十分気をつけましょう。

# ながと 17号

## 地域医療情報紙

平成30年3月1日発行

長門市 健康増進課

地域医療連携室

~地域医療マインドを持つ医療人を育てる~

## やまぐち地域医療セミナー2017 in 長門



油谷地区、宇津賀サロン会  
高齢者と触れ合う医学生・看護学生

地域(長門市)における医師及び看護師不足等が深刻化する中、地域医療マインドを持った医療人の養成が求められています。そうした中、大学教育の早期から、実際の現場で地域医療の体験や生活環境を実感することで地域医療マインドを高めることを目的に長門市内の医療機関や、介護施設、地域サロンなどで本セミナーが開催されました。参加学生は自治医科大学、山口大学医学部学生及び山口県立大学、県立萩看護学校看護学生39名で、8月17日~8月19日の3日間、また、12月26日・27日の2日間追加実習という事で7名の学生が長門市を訪れました。そして、医療や介護現場のスタッフ、地域の高齢者と交流し、長門地域の現状と課題を学生の視点でとらえ、その学びを報告会において発表し参加者で共有しました。

この情報紙へのお問い合わせ・ご意見等がありましたら下記へお願いします。

■編集事務局 長門市市民福祉部健康増進課 地域医療連携室

TEL 0837-27-0255 FAX 0837-27-0266

※この情報紙の既に発行されたものは、市のホームページに掲載しております。

URL: <http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/soshiki/12/1092.html>

E-Mail: [chiikiiryo@city.nagato.lg.jp](mailto:chiikiiryo@city.nagato.lg.jp)

## 「残薬」について

青海薬局 薬剤師 田村有基

皆様、お薬を必要以上にためこんでしまいお困りになられた事はございませんか？ドキッ！とする方もきっとおられるはず・・・。医師から処方された薬は指示通りに正しく服用する事が大原則ですが、飲み忘れや自己判断、複数の医療機関から沢山の薬をもらって余らせてしまう事があります。この余った薬を「残薬」といいます。厚生労働省保険局医療課委託調査「薬局の機能に係る実態調査」によると、医療機関処方された薬を余らせた経験があると答えられた方は、幅広い世代で50%を超えています。

Q：この残薬ですが、金額にすると日本全体では年間どの位の金額になるのでしょうか？

①～③の中から選んで下さい。

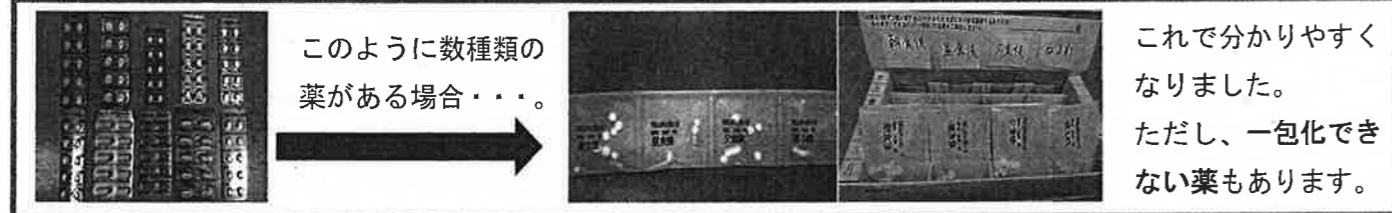
① 35億円      ② 100億円      ③ 500億円      (答えは下)

この残薬は医療費を圧迫するだけではなく、飲むべき薬を飲まない事で期待する治療効果が得られなかったり、期限を超え品質が低下した薬を使用することで、思わぬ事故につながるといった可能性もあります。

実際の写真 (厚生労働省：個別事項(その4 薬剤使用の適正化等について)より抜粋)



では残薬がある場合、どうすればよいのでしょうか？まずは、**かかりつけの薬局**に相談してみましょう！お薬をお渡しする保険調剤薬局には、服薬状況・残薬の状況をそのつど確認する義務がありますが、限られた時間でお薬をお渡ししているため、確認が十分でない場合があります。持参して頂いた残薬については、薬剤師が現在の処方内容を確認しながら選別し、医師にその情報を伝え処方日数を調整する事で、再利用いたします。数種類の飲み薬があり飲み方が複雑な場合は医師の了解のもと、服用するタイミングごとにまとめてパックにする「**一包化**」や「**お薬管理BOX**」等を用いて飲みやすい環境を整えることもできます。



最後に残薬を解決する最も有効な方法として、「**在宅訪問**」があります。在宅で療養を行っており通院困難な方に医師の指示に基づき、ご自宅を訪問して薬の説明を行います。これは薬剤師が介護で忙しい家族の方に代わり、お薬を届け、その場で理解をより深め、お薬を安心・安全に使っていただくサービスです。飲み残しや飲み忘れ等によって自宅に眠っているお薬も整理・整頓し、飲みやすくなるように提案いたします。薬剤師による在宅訪問は、まだまだ認知度は低いですが、徐々に広まっています。薬局から外に出て、地域社会に目を向け、支援の必要な方に寄り添うことも、我々薬剤師の大切な業務です。お薬について困ったこと、要望・相談等ございましたら何でも結構です、ぜひ**かかりつけの薬局**までお知らせ下さい♪

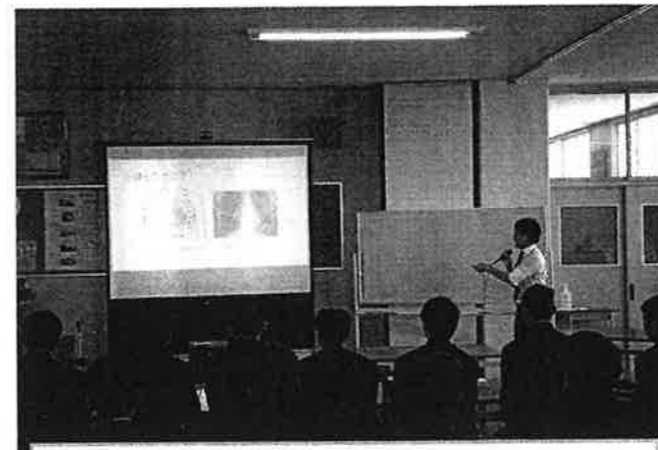
**決めよう！探そう！活用しよう！かかりつけ薬剤師を**

—もっと身近に、ずっとそばに— 平成29年度「薬と健康の週間」全国統一事業テーマより

**答え** 流行りの(?) 35億・・・ではなく、年間**500億円以上**・・・と推定されています。日本薬剤師会は2007年に薬剤師がケアを続ける在宅患者812人の残薬を調査し、厚生労働省がまとめた75歳以上の患者さんの薬剤費から推計すると、残薬の年間総額は475億円にのぼると発表しています。この数値は75歳以上の高齢者に限った数値ですので、日本全体では1000億円を超えるのではないかと・・・という専門家もいます。

## 三隅中で地域医療啓発講座

平成29年10月11日(水)



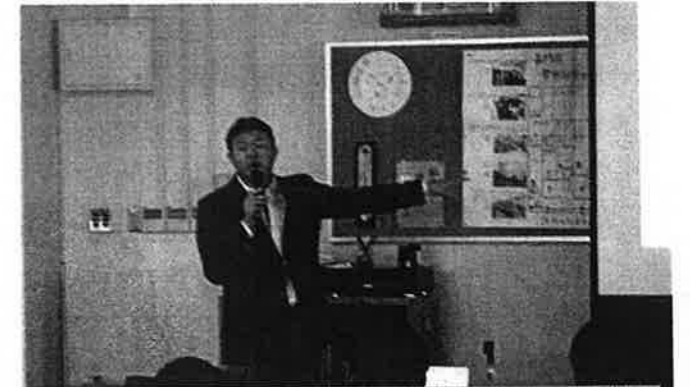
萩市須佐国保診療センター 片山寛之所長  
「長門市の魅力って、どんなところ？」



山口大学医学部3年 野崎己都美さん  
「将来の夢は何度でも変えていい」

将来の志や、仕事等について考える中で、命の大切さや、地域の医療の現状について知ってもらおうと、昨年に引き続き、2年生を対象に開催されました。

はじめに、聴診器で心音を聞く、脈拍をとる等の体験をしました。次に、医学生の野崎さんから、医師を志した経験をもとに将来の夢が他分野から医療分野に変わったことや、大学生活についての講話を聞き、最後に、県立総合医療センターの原田医師からの地域医療の現状や、へき地での診療体験談等、生徒たちは熱心に耳を傾けていました。

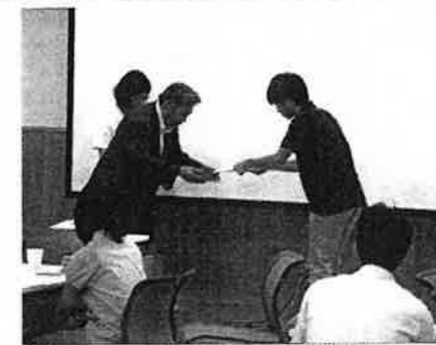


山口県立総合医療センター へき地医療支援部  
原田昌範 診療部長

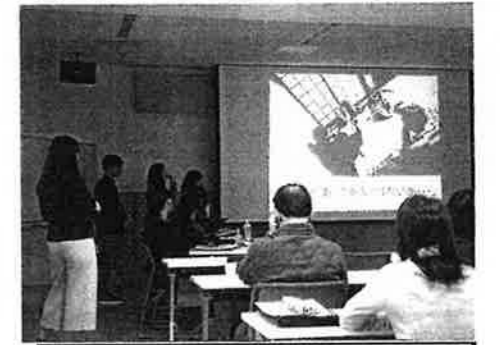
### やまぐち地域医療セミナー2017 in 長門 (8月17日～19日、12月26日・27日)



報告会



修了証授与



学生長門診断隊～報告会～

本セミナーを通じて地域医療の現状や魅力、課題等の意見を交わし、長門地域を改めて見つめなおしました。また、地域おこし協力隊の磯野氏、金子みずゞ記念館の草場氏から、「過疎地域の問題への取組」や「寄りそうまなざし」について学ぶ機会もあり、医療人としての『地域医療マインド』の向上に役立つセミナーとなったようです。関係者の皆様のご協力に感謝いたします。