

ご報告 地域の皆様へ 第214回健康講座を開催しました

去る2025年9月18日(木)、14時より当院3階講堂にて「健康講座」を開催させていただきました。当日は、当院の整形外科医長である岸村裕一医師による「痛みのない未来へ! ひざ・股関節ケアの秘訣」と題し、①ひざ・股関節の痛みのメカニズム、②痛みの解決策、③令和の人工関節手術についての3つのアプローチよりお話をいただきました。

ご参加くださった地域のみなさまには、あらためまして、御礼申し上げます。今後も継続して実施してまいりますので、ぜひ、ご参加くださいませ。

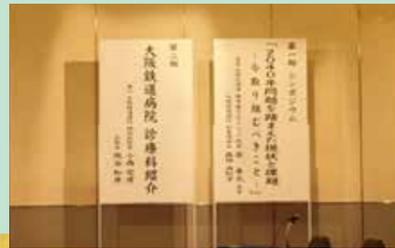


ご報告 第51回病診連携による 生涯教育研修会を実施しました

去る令和7年9月27日(土)は、5区(阿倍野区/東住吉区/平野区/天王寺区/生野区)医師会さまにご共催賜り、「第51回病診連携による生涯教育研修会」を都シティ大阪天王寺にて開催させていただきました。

今回は「2040年問題を踏まえた現状と課題 ~今取り組むべきこと~」をシンポジウムのテーマとし、地域の先生方に発表をしていただきました。また、総合討論も開催し、たいへん有意義な時間となりました。研修会終了後の懇親会においても、率直な意見交換などを行うことができました。

来年度以降もさらなる地域医療への貢献を目指し連携を強めるべく、開催を続けてまいりたいと考えています。



“私達は人間性を尊重し、謙虚で誠実な医療を提供します”

【基本方針】
安全で良質な医療を実践し、信頼される病院を目指します。
多機能型急性期病院としてチーム医療を推進し、継続的な医療を提供します。
地域に根ざした病院としての役割を認識し、住民の皆さんの健康増進に努めます。
地域医療機関との連携を重視し、きめ細かな医療に努めます。
専門性を追求し、医療レベルの向上と人材の育成に努めます。

JR 大阪鉄道病院
Osaka General Hospital of West Japan Railway Company

〒545-0053 大阪市阿倍野区松崎町1丁目2-22
TEL.06-6628-2221(代表) FAX.06-6628-2287(代表)
地域医療連携室 FAX.06-6628-4707
ホームページ <https://www.jrosakahosp.jp>

受付時間/午前8時30分~午前11時00分 診療開始/午前9時00分~
休診日/土日祝・年末年始(12月30日~1月3日)



メデイカル

ほっぽ

よりよい医療の始発駅

volume

34

2025.12

「診療科 UPDATE」

糖尿病・代謝内科

ドクターインタビュー
部長 杉田 倫也

Doctor Message
副部長 坂井 亮介

ご報告
第214回健康講座開催
第51回病診連携による生涯教育研修会実施

Q&A
地域医療連携室

栄養室コラム
冬に負けない体力づくり

リハビリコラム
転倒防止について

おくすり基礎講座
保湿剤「ヘパリン類似物質ローション」の区別

JR 大阪鉄道病院
Osaka General Hospital of West Japan Railway Company

糖尿病・代謝内科

「患者さんとともに」を胸に刻んでチームで伴走する糖尿病治療を実践

2025年4月新たに杉田倫也医師が部長就任後も、変わらぬ姿勢で時代のニーズに応じた進化を続ける糖尿病・代謝内科。高い専門性を有する医療チームの取り組みにより患者さん一人一人をしっかりとサポートする治療を実践しています。当院の糖尿病・代謝内科の礎を築きあげられた北川良裕先生(元副院長/現非常勤)の「患者さんと真摯に向き合いなさい」という精神のもと診療を行っています。

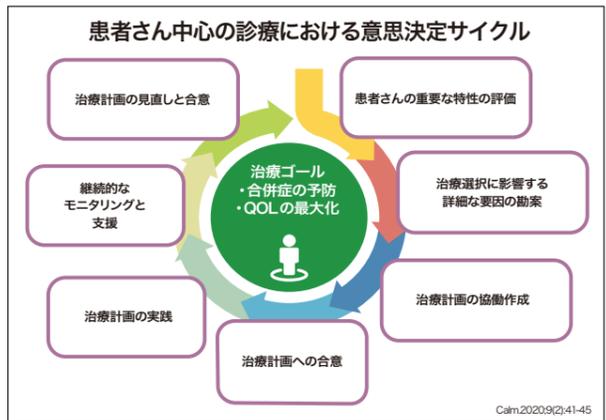


—大阪鉄道病院の代謝・糖尿病内科におけるチーム医療の特徴をお聞かせください

当院では初診時から糖尿病専門医に加え、糖尿病療養指導士の資格を持った看護師、栄養士、臨床検査技師、理学療法士、薬剤師からなるメンバーが情報を共有しながら療養指導や治療にあたっています。また当科には専任の外来クラークがいて、外来診療を円滑に進める上で不可欠な存在です。いずれのスタッフも高いプロ意識を持ち、積極的に治療に介入してくれる非常に頼もしいチームです。さらに糖尿病療養指導士の看護師は糖尿病看護外来を毎日実施し、糖尿病足病変の予防や糖尿病性腎症の予防にも力を尽くしています。

—先生ご自身が医師として患者さんと向き合うときに心がけていらっしゃることは

平たく言えば、「話してなんぼ、話してもらってなんぼ」(笑)。ただし時間に限りがありますが、とにかくじっくり患者さんの話を聞き、十分にお話した上で、この患者さんにはどういった治療やサポートが効果的かを考え抜きます。あくまで患者さん中心で、できるだけ楽しく療養生活を送っていただけるよう考えることが第一です。とはいえ、病状によってときには厳しいことを言うことも必要で、診療に抑揚をつけながら、柔軟に対応するようにしています。



ドクターインタビュー 部長 杉田 倫也 (すぎた ともや)

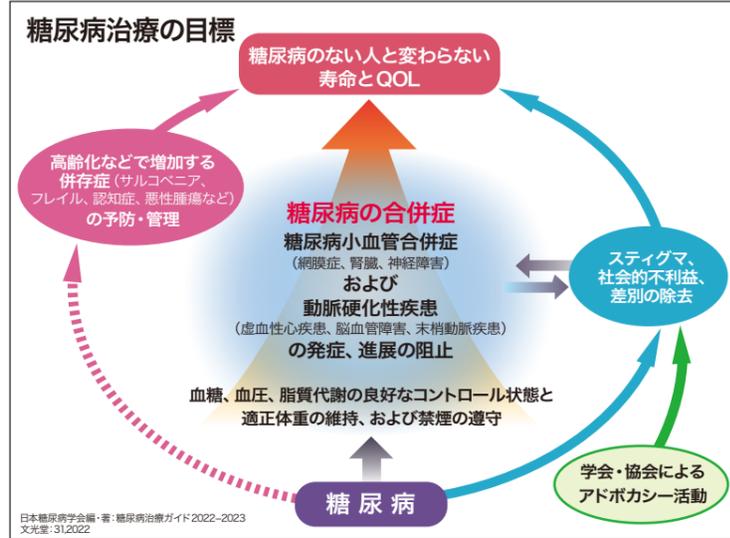
専門分野/糖尿病、代謝疾患、甲状腺
資格/日本内科学会認定内科医、日本糖尿病学会認定糖尿病専門医、京都府立医科大学臨床准教授

—大阪鉄道病院の糖尿病・代謝内科の診療内容を教えてください

糖尿病中心の診療を行っています。糖尿病治療に関しては、多職種のプロフェッショナルによるチーム医療体制を確立しています。また内分泌疾患に対する診療も、甲状腺良性疾患であるバセドウ病や橋本病などの内科的治療を中心に、可能な範囲で検査・診断を行っています。甲状腺腫瘍に関しては、当院耳鼻咽喉科と協力し診療に対応しています。

—糖尿病治療において大切なこと、そのなかでチーム医療の果たす役割をどうお考えですか

糖尿病の治療の基本は、患者さん一人一人に合わせたテーラーメイド医療です。医療者側としては病状はもちろん、性格から生活環境、これまでの人生、ご家族や協力者の有無、経済状況まで把握した上で適切な治療を提案し、患者さんとともに取り組んでいく姿勢が大切です。投薬だけでなく患者さんご自身に自分が糖尿病であるという意識と自己管理のために必要な知識を持って療養生活に臨み、生活改善を継続していただかなくてはなりません。いかにこちらを信頼していただけるか、モチベーションを保っていただけるかが鍵になります。患者さんの、いわゆる「やる気スイッチ」がどこにあるかは、医師だけではなくチーム全員がさまざまなアプローチから探っていくものだと思います。その意味でも、多彩なメンバーで構成されるチーム医療の構築が不可欠と考えます。



—長く臨床に携わられて、変化してきたと思われること、課題に思われていることはありますか

当院は、圧倒的に60~70代で生活習慣に起因する2型糖尿病の患者さんが多いのですが、近年、稀であった若い世代の2型糖尿病の患者さんが増えてきたという感覚があります。40~50代、なかには10代の患者さんがいらっしゃることも。その主原因は食生活で、10代までにジャンクフードの過剰摂取など食生活の乱れが習慣化すると、インスリン分泌能が低下し糖尿病発症につながるといわれています。幼い頃からの食生活となると家庭環境も重要なファクターになるなど、メンタル面も含めより慎重な対応が求められ、ここでもチーム医療の果たす役割が大きくなっています。医師一人では何もできません。今後は個別化医療を充実させていくためにも、当科にかかわるスタッフそれぞれがさらに専門分野を極め互いに切磋琢磨するとともに、人材の育成にも力を入れていきたいと考えています。

—日本での糖尿病のとらえ方・向き合い方にも、変化が求められていると伺っています

日本糖尿病学会では、患者さんの立場に立った治療とともに、糖尿病への偏見をなくすための情報発信を行う動きが活発化してきました。今年5月に参加した糖尿病学会総会では、セッションに患者さんを招き、患者さんの生の言葉を通じて自分たちの医療を振り返るという初めての試みがあり、新たな視座を得られました。今後も「nothing about us without us (私たち抜きに私たちのことを決めないで)」という言葉を念頭に置き、活動してまいります。当科としても、毎年11月に行われる世界糖尿病デーに参加するなど、糖尿病予防・治療・療養を喚起し、偏見をなくすための啓発運動にも取り組んでいます。

「糖尿病」から「ダイアベティス」へ?

日本糖尿病学会と JADEC (日本糖尿病協会) は、糖尿病の正しい理解を促進する活動を通じて、糖尿病をもつ人が安心して社会生活を送り、生き生きと過ごすことができる社会形成を目指す活動(アドボカシー活動)を展開しています。その一環として、医療現場で習慣的に使われることばの中で、スティグマ(社会的偏見による差別)が生じうる用語を見直すことで、医療現場を起点に糖尿病の負のイメージを一掃し、糖尿病のある人が前向きに治療に取り組む環境を整備したいと考えています。まずは偏見をもたれがちな「糖尿病」という病名について糖尿病のある人がどのように感じておられるかを調査し、病名変更も視野に入れたアドボカシー活動に取り組んでいます。現在、「糖尿病」という呼称に代わる新規病名として提案されているのが、糖尿病をあらわす英語の「diabetes」をカタカナに変換した「ダイアベティス」です。今後、糖尿病を持つ人や医療従事者からの意見を募り、決定していく方向です。

—患者さんがより前向きに糖尿病と向き合えるような環境づくりもまた、QOLの向上につながるのですね

糖尿病の治療は、医療・医薬の進展とともに、どんどん進化しより精密な個別化治療が可能になっていきます。また、デジタル技術の発展にともない、より利便性の高い糖尿病マネジメントも開発されています。しかし、繰り返して申し上げているとおり、治療法はあくまで手段。なにせ糖尿病とのおつきあいは長丁場にわたるので、手段だけにとらわれすぎると楽しくありませんよね。手段に頼らず、目的を見極めて医療者と患者さんがともに歩んでいくことが理想だと思っています。

杉田部長のおすすめ

食生活を見直す最初の一步に。
『健康食スタートブック』
—生活の質向上をめざして—

食事療法についての詳しい情報が掲載されている日本糖尿病学会の冊子。「健康を維持するための食事」という切り口で編集されていますので、糖尿病に限らず、食生活を見直したいという方みなさんにおすすめです。

こちらのサイトからダウンロードも可能です。



全員が高いスキルを持ったチームの連携で、患者さんに寄り添う医療を実践。

糖尿病専門医に加え、日本糖尿病療養指導士 (CDEJ) の資格を持つ看護師、管理栄養士、臨床検査技師、理学療法士、薬剤師らで形成されている当科の糖尿病チーム。

日々、抜群のチームワークで、より質の高い医療の提供を目指して治療に取り組んでいます。



〈大阪鉄道病院糖尿病・代謝内科の糖尿病治療〉

●入院治療と外来治療

教育入院について

糖尿病について患者さん自身により深く理解していただき、自己管理の方法を身につけていただくには、教育入院が有効です。

当院の教育入院は、期間を定めるのではなく、患者さんのご要望に合わせて1~2週間の間で調整しています。糖尿病チームのサポートのもと、退院後の暮らしも見据えた治療を行います。

外来治療について

ご都合により入院が不可能なインスリン依存性糖尿病の患者さんには、外来でインスリン自己注射導入、血糖自己測定 (SMBC) や皮下連続式グルコース測定 (rt CGM: Dexcom G7、is CGM リブレ2) の導入を実践することで治療を行います。

また、インスリン非依存性患者さんに対しても、外来で必要に応じて GLP-1 受容体作動薬の導入を行っています。そして、持続皮下インスリン注入 (CSII) 療法や CGM を行うことで、少しでも生理的な血糖日内変動に近づける治療を提供しより質の高い血糖マネジメントの実現に向けた診療を行っています。

●検査による早期診断

糖尿病や脂質異常症などの動脈硬化の早期診断のために各種検査を施行し、早期治療につなげています。

●糖尿病看護外来の実施

専門の看護師によって、糖尿病足病変予防外来 (フットケア外来) や腎症ケア外来を行うことで、糖尿病足変の予防・治療や糖尿病性腎症の進展予防に尽力しています。

●教育・啓発活動

糖尿病患者さんの交流の場づくり

当院には糖尿病患者会として糖尿病専門医、糖尿病療養指導士 (看護師、栄養士、臨床検査技師、運動療法士、薬剤師) がそれぞれ患者さんを募り、開催している「あさがお会」があります。(春の交流会、夏の大研修会)

ここでは、糖尿病に関する最新の知識提供とともに、簡単に取り組める運動療法を一緒に実践したり、各患者さんに合わせた糖尿病食の実食をしたりしています。

このほか、大阪糖尿病協会主催のウォークラリーなどへのご参加を通して、同じ病気を抱える患者さん同士の交流をうながし、糖尿病療養生活における心理面でのサポートにも貢献できるように取り込んでいます。

「糖尿病教室」の定期開催

糖尿病のある方の知識習得および整理のための機会として、糖尿病専門医、糖尿病療養指導士による「糖尿病教室」を定期的に (毎月4回 (第5週を除く週1)) 開催しています。当科に通院していない患者さんでも、かかりつけ医さんからのご紹介があればご参加いただくことが可能です。



Doctor MESSAGE

高いチーム力と手厚いフォロー体制に感動。

副部長 坂井 亮介 (さかい りょうすけ)

専門分野 / 糖尿病、代謝疾患、甲状腺
資格 / 日本内科学会認定内科医・総合内科専門医、日本糖尿病学会認定糖尿病専門医・研修指導医・近畿支部評議員、京都府立医科大学臨床准教授



医師人生約20年、大阪という新境地へ

この4月より当院に赴任いたしました。それまでの20年近い医師人生はずっと京都で過ごし、これまで大阪に縁なく暮らしてきましたので、赴任前は、環境の違いになじめるのか?と不安を抱えておりました。その一方で大阪鉄道病院の糖尿病・代謝内科は意欲的な取り組みで名高く、糖尿病診療に携わる医師なら誰もが注目する存在で、そこに加わることが楽しみでもありました。

実際、勤務してみると、患者さんはおしゃべり好きな方が多く (笑)、もともと患者さんと話すのが好きなので糖尿病専門医の道を選んだ経緯もあり、この環境はとても肌に合う!と思いました。先生方もスタッフも非常に気さくでなんでも相談でき、よい意味で気を使わなくていい職場で、ほっとしました。

DATA

<2024年度退院患者疾病統計> ※MDC6桁上位順

■MDC6名	退院患者数	割合 (%)	■検査数 (件)	
2型糖尿病 (糖尿病性ケトアシドーシスを除く)	94	68.6	自律神経検査	262
糖尿病性ケトアシドーシス、非ケトン昏睡	9	6.6	甲状腺エコー	286
その他の感染症 (真菌を除く)	7	5.1	甲状腺穿刺	28
1型糖尿病 (糖尿病性ケトアシドーシスを除く)	3	2.2	頸動脈エコー	376
その他の副腎皮質機能低下症	2	1.5	ABI	492
甲状腺機能低下症	2	1.5	TBI	185
敗血症	2	1.5	NCS	96
急性腎不全	2	1.5	電流閾値検査	118
その他の糖尿病 (糖尿病性ケトアシドーシスを除く)	2	1.5		
その他	14	10.2		

STAFF

【常勤医師】
久野ありさ (くのありさ)
【非常勤医師】
北川良裕 (きたがわ よしひろ)
大西正芳 (おおにし まさよし)
一尾直子 (いちお なおこ)
山口満喜子 (やまぐち まきこ)

+α情報
趣味のひとつがマラソン。
4時間切りを目指しています!

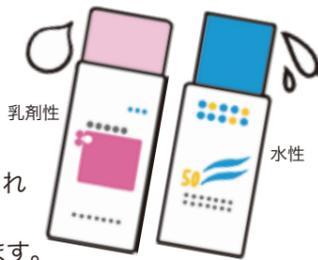
保湿剤「ヘパリン類似物質ローション」の区別について

主に皮膚科の治療に用いられている医薬品
「ヘパリン類似物質ローション」の処方ルールが変更になりました。その内容について、詳しくお伝えいたします。

処方ルールはどう変わった？

「ヘパリン類似物質ローション」は、皮膚の保湿や血行促進を目的に幅広く処方されています。この医薬品の処方ルールが、2025年8月14日より変更されています。

「ヘパリン類似物質ローション」には、「乳剤性」および「水性」の2種類が存在します。従来はこれらが同一の名称で管理・処方されていました。新ルールでは「乳剤性」と「水性」に区別されて処方箋に記載されるようになりました。すなわち、別の薬として処方されます。



「乳剤性」と「水性」の違いは？

ひとことでいえば、薬の成分が溶けている基剤（土台）の違いです。効果や安全性に違いはありませんが、使用感が異なる場合があります。

乳剤性	水性
・油の成分が多め。 水性よりもしっとりとした使い心地。	・水の成分が多め。 乳剤性よりもべたつきが少なく、さっぱりとした使い心地。
＜乳剤性＞ ヒルドイドローション 0.3% (院外のみ)	＜水性＞ ヘパリン類似物質ローション0.3%「日医工」

当院の採用薬について (2025年9月時点)

当院では、「ヘパリン類似物質ローション」については右の外用薬を採用しています。

院外処方では、どちらのタイプでも処方が可能です。ご希望等がございましたら、お気軽にご相談ください。

リハビリコラム

リハビリテーション室

転倒予防指導士が解説！

転倒予防について学ぼう④ ～転倒しやすさ～

転倒の危険性を高める身体機能の要因について、段階的にご紹介します。

転倒率2倍

- 物忘れが気になる方
- 歩く速度が遅くなってきた方
- お薬を5種類以上飲んでいる方
- 杖を使用している方



思い当たる方は転倒に気をつけましょう！！

転倒率4倍

- つまづくことがある方



危険度大

- 過去1年間で転倒歴がある方
- 転倒への不安がある方（不活動となり転倒につながります）
- 極端に背中が丸い方



栄養室 コラム

冬に負けない身体づくり

気温が低く、空気が乾燥している冬は、感染症が拡がりやすい季節です。風邪や感染症にかからないためにも、日頃の食生活を見直し、免疫力向上を図りましょう。

免疫と腸の深いかかわり

腸には消化・吸収・排泄機能とともに、外部から入ってくる病原菌やウイルスなどの異物から身体を守る免疫機能が備わっています。なんと免疫細胞の約7割が存在する、体内最大の免疫器官でもあるのです。



腸の機能を高めるために

point! 腸活には、善玉菌+食物繊維、オリゴ糖を摂る=シンバイオティクス

善玉菌を摂る ヨーグルト・ぬか漬け・キムチ・乳酸菌飲料・酢などの発酵食品	+	善玉菌を育てる 野菜・果物・きのこ・芋類・豆類・海藻
--	---	--------------------------------------

一緒に摂ると効果的！

ほかにも心得ておきたい、免疫力向上に大切なこと！

- 朝食を抜かず、1日3食たんぱく質をしっかり摂る
たんぱく質は免疫細胞の主成分になります。良質なたんぱく質を多く含む肉、魚、卵、大豆製品を毎食1品取り入れてみましょう。
- ビタミンA・C・Eを摂る
上記のビタミンには抗酸化作用があり、粘膜を丈夫にし免疫細胞の数を増やして活性化してくれます。緑黄色野菜や根菜、果物、ナッツ、ウナギ、レバーに多く含まれています。
- 適度な運動習慣を
運動は全身の血流を良くするので、腸の血流もよくなります。寒いからといってじっとしているのではなく、ウォーキングなど簡単にできそうなものから始めてみましょう。

素朴な疑問にお答えします

地域医療連携室

Q & A 患者さんやそのご家族からよくご質問いただくことをピックアップしてご回答いたします。

Q. 市民向け健康講座の開催日などは決まっていますか？

A. 現在は、春と秋頃の気候がよい時期に開催しております。詳しい日程などが決まった際は、病院ホームページや公式LINEアカウント、院内掲示などで告知させていただいております。ぜひご確認の上、ご参加ください。多くのご参加をお待ちしております。

Q. 大阪鉄道病院をラインのお友だち追加したいのですが、二次元コードが掲載されている場所を教えてください。

A. 二次元コードはこちらになります。このほか、ライン公式アカウントのチラシを院内掲示しております。また、当院ホームページ右上のラインマークをクリックしていただくとラインアカウント、友だち登録の方法をご紹介しているページにジャンプできます。(スマートフォンの場合も右上あたりにラインマークがあるので、タッチしてください)



このほか気になることやご質問がございましたら、お気軽にお声がけください。