

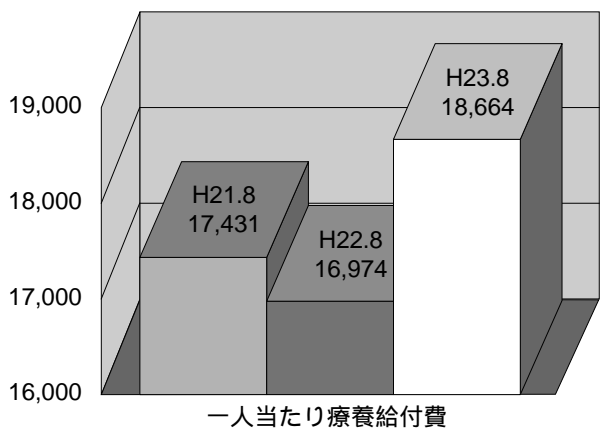
# 笛吹市国民健康保険通信

「国民健康保険加入者の皆さんへみんなの国保を守るために」

このコーナーでは、国民皆保険制度を根底で支えつづけている国民健康保険（以下「国保」）の制度や笛吹市の現状についてお知らせしていきます。「みんなの国保を守るため」に、一緒に考えていきましょう。

## 平成23年8月療養給付費大幅増!!（国保会計からの支払分の状況）

平成23年8月の一人当たり療養給付費は1万8664円でした。平成22年8月と比較すると1690円（+1.09%）で、大幅に増額となりました。



一人当たり療養給付費

「ジェネリック医薬品を使う」「特定検診やがん検診を受ける」など、医療費の節約を心がけていただき、安定した国保運営のためにご協力をお願いします。

問合せ先  
国民健康保険課 国保総務担当  
055(262)4111

## 慢性腎臓病を予防しよう!! VOL.3

### 糖尿病と腎不全



山梨厚生病院  
腎臓内科部長  
櫻林 耐 医師



糖尿病は血管を壊す病気。糖尿病って、皆さんご存知のように、怖い病気なのです。インスリンというホルモンの働きが悪くて、体がエネルギー源を完全に使い切ることができずに、ブドウ糖や脂質等がその燃えカスと一緒に血管にしみ込んでいつて傷つけてしまいます。そして目に見えないような細い血管の病気（細小血管症：腎症、網膜症、神経症）と太めの血管の病気（大血管症：虚血性心疾患、脳血管疾患、閉塞性動脈硬化症）を起こします。

糖尿病は腎不全の原因No.1。脳梗塞・狭心症・心筋梗塞は糖尿病の無い人と比べると2倍から4倍も多いのです。それから、腎臓をこわすと尿に蛋白が漏れ、放置しておけばむくみが出てきてやがて腎不全になってしまいます（糖尿病性腎症）。この糖尿病性腎症による腎不全はどんどん増え続けているので、平成10年には慢性腎臓病を抜いて透析に入る患者さんの原因の1番になってしまいました。平成21年には導入患者さんの44.5%を占めています。糖尿病自体も予備群を含めると日本人に2210万人もいて10年前より3割も増えているのです。まさに現代の国民病ですね。

糖尿病性腎症の進み方と治療。糖尿病になってもはじめは自覚

症状が無いのです。エネルギー源の不完全燃焼があるけど、たくさん食べれば元気が出るのです。遺伝性もありますが、食べ過ぎと運動不足が原因です。

怖い糖尿病ですが、ある時期までは完全に治す（寛解）ことができます。検尿をすればその時期がわかるのですよ。（微量アルブミン尿期）血管が壊れる前の治療が一番大事です。それを過ぎるとだんだんと進行を止めることが難しくなります。（ポイントオプノリタン）そして蛋白尿が増え急速に腎機能が低下してしまいます。でも希望は捨てないでください。集学的治療（血糖・血圧・脂質管理）で腎障害をはじめ血管症の発症・進行が抑制されることが証明されています。食事・運動療法が基本です。それに有効な薬もたくさんあります。健康診断や人間ドックで糖尿病やその疑いがあったら、ためらわずに医療機関に行つて早期に治療を開始してくださいね。

（山梨慢性腎臓病対策協議会  
<http://www.yckdi.org/>）

