



私の親友がログハウスを建て、心理学の博士号も取ったので、もう一人の友と共に祝いに行きました。苦労話を聞きながら、ペランダに彼が用意した焼肉を食べて男三人夜遅くまで語りました。バーベキューコンロには残りの板で作った風除けがあり、私たちのためにいろいろと用意してしてくれた苦心がくみ取れます。翌日は、瀬戸内の海を見晴らせるゴルフコースで和気あいあいと楽しみ、友を持つ喜びを堪能しました。

家具や備品などは奥さんの趣味だそうで、それを選びに広島から神戸まで行ったそうです。翌朝には、同行の友人が奥さんに昨夜と同じような電話をしていました。妻を大事にせず、女性を尊重しない男性は、生活も考え方も荒れているような気がします。男女の違いは、年月を経ながら理解し、分かち合うものであって、日々の歩みを夫婦で一緒に営まない人が、落ち着いた交友を持てるものかと思えます。

病児保育でもクリニックでもヨーゼフでも、何か気に入らないと直ぐに保健所などに訴える人がいます。経営理念や方針は従業員にも丁寧に指導していますが、至らないことやミスはどうしても起こるものです。直接意見を穏やかに言ってくだされれば良いのに、喧嘩調子で来ると、その人の今後が心配になります。日本社会は失敗を許さない社会ですが、自分が失敗したら、どう対処するのでしょうか。夫婦や親子でも行き違いや誤解、そして失敗はよくあるものです。子育てや人間関係で、ほめる、と最近言われますが、私は褒められるのも褒めるのも、あまり好きではありません。褒められてばかりで育った人は、失敗を隠したり誤魔化したりする傾向があるように思います。成功や失敗にこだわらずに、仲良く心を込めて過ごしたほうが楽だと感じます。

5月の低血糖症治療の会では、良くなった患者さんの家族から多くの感謝をいただきました。その晩、夫婦では、もう少しで治るのに怒ったり、諦めたり、或は自分の問題で治療が続けられなくなった患者さんのことを思い出していました。私たちの治療は、うまくいかなかった患者さんへの悲しみが、原点になっています。低血糖症から精神疾患、がん治療、そして発達障害の治療にまで、この小さなクリニックが、日本の最先端のようにもなっています。自分の弱さや未熟さを悟ると人に優しくなるしかありません。弱さを認めないで孤立すると、家族も友も去っていくことがあります。注意してください。

事務長 柏崎久雄

感染症の疑いのある方は廊下の入口から
インフルエンザ、風邪、おたふくかぜ、はしか、風疹等が疑われる方は、正面入り口横の中央通路わきにあるインターホンでご連絡ください。トイレなどをご使用の後には、必ずよく手を洗ってください。鼻をかんだティッシュも備えつけの袋に入れてゴミ箱に入れてください。院内感染を避けるためご協力ください。第2待合室も病態別に隔離して診察します。

千葉市の風疹予防接種助成事業の対象者は、妊娠を希望している女性と、妊娠中又は妊娠を希望している女性の夫で、自己負担3千円で風疹ワクチン又は麻疹風疹ワクチンの接種が可能です。9月末までです。

成人用肺炎球菌予防接種の市からの助成金がH26年3月末日まで延長となり、対象は千葉市在住の75歳以上の方でご予約制です。

「聖書を読む会」 6月18日(火) 2時～2時20分

病児保育ノア。 利用料金は一日2000円です。千葉市の事業なので、市内在住の方に限ります。情報や方法はホームページか、受付で配布する資料をご覧ください。予約キャンセルが多発しております。病態改善によるキャンセルは良いのですが、予約枠が5名のため、とりあえずの予約はご遠慮ください。必要な方の予約枠がなくなったり、職員の待機で支出が嵩んだりします。

㈱ヨーゼフでは、6月7日(金)まで、「ヌクレオB、インシトルB3、スーパーイーストナイアシン、スーパーイーストB5葉酸」のキャンペーン販売を行います。また、製造会社に合わせて、6月3日(月)～29(土)まで「ロイチンBグルコ」のキャンペーン販売を行います。これらについて案内等は送付しません。詳細は店頭でご確認下さい。これらの購入は医師処方とはなりませんので、ご注意ください。また、為替変動に伴い、NBN社製品の送料を変更しました。

一般社団法人低血糖症治療の会の「安曇野交流キャンプ」(7月11日～12日)は6月15日までの申し込みです。詳細は、クリニックの受付にお尋ねください。会費11000円。

エコーが故障したので、新しいものに取り換えます。6月中旬には入る予定です。ご迷惑をお掛けしますが、もうしばらくお待ちください。

<機能性低血糖症の新基準の提言>

1. 保険診療について

マリヤ・クリニックでは、精神症状や精神疾患そして発達障害の治療を試みてきて多くの成果を上げてきましたが、それらについて保険で診療できないという難関を抱えております。保険診療と自由診療を併用することは禁じられており、保険診療として認定されていないものは全て自由診療となるからです。ですから、現在の保険制度では、いくら治療方法を啓発しても、個人の医療機関以外では保険診療の中で認定されなければ、診察と治療は進まないのです。

そこで、私たちは一般社団法人低血糖症治療の会を設立し、患者の会としてその意見を取り入れると共に機能性低血糖症の検査及び治療の保険適用を目指したのです。しかし、厚労省との打ち合わせや科学研究費適用の申請の過程で、歴史的にアメリカやカナダの医師たちの機能性低血糖症という病気の診断基準や定義があいまいなことがわかってきました。確かに、血糖値が不安定であり、OGTT（経口精密耐糖能負荷検査）で異常が確認できるのですが、その原因がインスリンと血糖値の相関以外にもいろいろあり、果たして「機能性低血糖症」という病名でひとまとめにしてよいのかどうか、研究の必要性が検討されました。

機能性低血糖症の診断基準が確立し、病名が保険でも承認されるものとなるならば、低血糖によってもたらされる多くの病気の基礎疾患として、精神・神経症状の改善に大きく寄与すると思われま

2. 機能性低血糖症のこれまでの診断基準 (Dr.ニューボールドの基準+α)

- ① 5時間のOGTTで絶食時の血糖値より50%以上上昇しない場合。
- ② 5時間のOGTTで絶食時の血糖値より20%以上下降した場合。
- ③ 5時間のOGTTの間にどの時点でも1時間に50mg/dl以上下降した場合。
- ④ 5時間のOGTTで絶対値50mg/dl未満を記録した場合。(65mg/dl以下は疑わしい)
- ⑤ 血糖値のカーブに関わらずOGTT実施中に、めまい、頭痛、混乱、発汗、憂鬱等の症状が現れた場合。

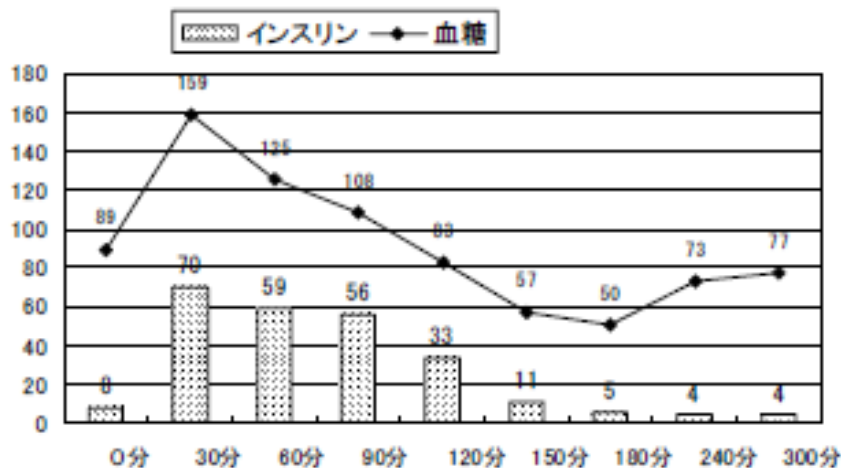
ニューボールドの基準⑤が曖昧なため、マリヤ・クリニックで基準を付け加えました。(精神症状と機能性低血糖症を結びつけようとする歴史的な傾向を踏まえたものですが、少し無理があったようです。)

- ⑥ 血糖値がなだらかな曲線を描いて正常に見えても、インスリン値の変動が明らかである場合、そのなだらかな曲線が血糖値の落ち着いた状態を表すものとは限りません。インスリンの値のように上下した血糖値が、採血時に偶然なだらかな数値となったと考えられます。変動の激しい血糖曲線をもった低血糖症の可能性があります。その際、患者さんの臨床所見と体温が参考となります。
- ⑦ 血糖曲線が正常でも、体温の上下が著しい時、採血の間に血糖値が上下し、低血糖によるアドレナリンの分泌がおきていると考えられます。体温の上昇は血糖値が下がりきる少し前から起こります。その他には、身体が冷えを感じます。まれに動悸や悪寒を感じる場合があります。
- ⑧ 血糖値が正常でも、血糖曲線に、小刻みな山がいくつもある場合、血糖値を急激に上下させるホルモンの動きがあります。こうしたホルモンの中で、特にアドレナリンは脳神経の興奮を起こし、興奮が鎮まらないうちに次の興奮を起こしていることが予想され、鬱症状や多動の原因となることがあります(無反応性低血糖症に多いタイプです)。

マリヤ・クリニックにおけるOGTTの検査数は既に3000を超しております。2009年1月に厚労省に提出した資料では、その分類と人数は以下の通りでした。

	反応性低血糖症	無反応性低血糖症	その他の低血糖症	他	計
H16	82	34	150	21	287
H17	44	24	164	10	242
H18	10	10	138	6	164
H19	13	11	132	8	164
H20	5	14	158	7	184
合計	154	93	742	52	1041

3. 反応性低血糖症



上の血糖曲線は、糖尿病の診断に用いられる75gのOGTT2時間検査では正常ですが、150分と180分で60mg/dlを下回っており、明らかに5時間のOGTTでなければ確認できない異常数値です。

血糖値とは血液中のブドウ糖 (Glucose)の量で、炭水化物の最小単位 (単糖) の一つです。ブドウ糖以外の単糖も小腸で吸収された後、肝臓でブドウ糖に変えられます。心臓の血糖消費量は、脳の半分ほどですが、脳と脊髄からなる中枢神経と心臓で血糖値のうち30~40mg/dlくらいは使うようです。その他に、身体の筋肉や内臓がエネルギーを消費するので、血糖値が70mg/dl以下の状態ではエネルギー不足となります。多くのエネルギーを消費する胃腸が働く食後に体調が悪くなるのが、低血糖症の典型的な症状となります。

- ・ 空腹時の基準値 80~100mg/dl
- ・ OGTT30~60分後の基準値 120~140mg/dl
- ・ 3~4時間後 空腹時の値に戻る。

血糖値は、高過ぎても身体を損ない、低過ぎてもいけません。およそ100mg/dlの恒常値を保たなければならないために、綿密な調節システムが自律神経とホルモンによって保たれています。脳はブドウ糖だけを必要とし、1日に約360kcalブドウ糖を消費し、起きている時、頭を使っている時には50%も消費が増えるそうです。幼児の場合には、大人よりも脳のエネルギー消費が高いようです。

[血糖調整のメカニズム]

- ① 血糖値が約80mg/dlを下回ると、血糖値を下げるホルモンであるインスリンの分泌が極端に低下する。
- ② 約65-70mg/dlに低下すると、血糖値を上げるホルモンであるグルカゴン、アドレナリンが大量に放出され始める。
- ③ 約60-65mg/dlに低下すると、三番目の血糖値を上げるホルモン、成長ホルモンが放出される。
- ④ 最後に60mg/dlをきるようになると、最後の血糖値を上げるホルモン、コルチゾールの分泌が亢進する。
- ⑤ 血糖値が50mg/dlを下回ると、次第に脳の働きが低下する。大脳のエネルギー代謝が維持できなくなり、精神症状を起こし始め、さらには意識消失を引き起こし、重篤な場合は死に至る。

[機能性低血糖症の新しい診断基準の提案 (仮)] (これまでの反応性低血糖症)

- ① 随時血糖値が65mg/dl以下で、「機能性低血糖症の疑い」として、5時間OGTTを検査する。
- ② 5時間OGTTの間にどの時点でも1時間に50mg/dl以上下降した場合。
- ③ 5時間OGTTで絶対値50mg/dl未満を記録した場合。

※ この検査でインスリンと血糖値の相関や体調などに異常が見られた場合には、他の検査をすることもありうる。

4. 糖尿病 (2010年7月より新基準；日本糖尿病学会)

糖尿病の診断基準	糖尿病域	糖尿病診断
① 空腹時血糖値	≥ 126 mg/dl	①～③のどれかが2回以上確認で「糖尿病」 1回だけの場合「糖尿病の疑い」
② 75gOGTT 2 h 値	≥ 200 mg/dl	
③ 随時血糖値	≥ 200 mg/dl	
④ HbA1c (JDS)	≥ 6.1%	(①～③)のどれか + ④で糖尿病
⑤ 糖尿病の典型的症状(口渇、多飲、多尿、体重減少)か確実な糖尿病網膜症の存在で糖尿病		
⑥ ④+ (口渇・多飲・多尿・体重減少などの糖尿病の典型的な症状、糖尿病網膜症)で糖尿病		

食後の血糖値は、140 mg/dl を超えると注意が必要で、170 mg/dl を超えると腎臓から尿糖として糖分を排出するようになっていきます。血糖を細胞に取り込み、血糖値を下げる働きをするホルモンはインスリンだけです。インスリンは、食事を摂ると瞬間的に膵臓から分泌され、血糖(ブドウ糖)を細胞の中に取り込み始めます。同時に、身体の中から血糖を供給する糖新生の働きを抑制するのです。ですから、正常の状態では、インスリンが分泌されるので、血糖値が高くなる(糖尿病)ことはないはずなのです。

糖尿病は膵臓で作られて放出されるインスリンというホルモンがうまく働かなくなる病気です。インスリンは糖をエネルギーに変換したり、余った分をグリコーゲンや脂肪として必要なときまで蓄えたりする役目をしますが、これがうまく働かなくなれば血液中に糖分があふれてしまいます。同時に、細胞内の糖の量は不足するために、これがエネルギー不足をもたらし、代謝にも異常をきたすため、糖尿病の症状と合併症を引き起こします。

[糖尿病の原因]

- ・ 1型糖尿病－10% (インスリンを作ることができない)
- ・ 2型糖尿病－90%

2型糖尿病は、インスリンは作られるけれど、インスリンの効き目が悪くなったり、(インスリン抵抗性が増す)、インスリン分泌量が少なくなったりして、インスリンの働きが低下する病気です。肥満は正常な血糖値を保つのに大量のインスリンが必要になりますが、それにインスリンの生産が追いつかず、糖尿病になりやすくなります。

インスリンは細胞膜にあるインスリン・リセプターに結合してはじめてその作用をします。インスリンリセプターの感受性が低下したり、数が減少したりしてインスリンの作用が弱まり、通常の働きが弱まった状態をインスリン抵抗性があると言います。ここで問題となるのは、抵抗性がある場合、通常以上のインスリンが分泌されるようになり、脂質代謝に異常を来し、合併症を起こしやすくなることです。

(無反応性低血糖症の説明は、後日いたします。)

＜ 診 療 時 間 ＞

月曜～金曜 (午前8時30分～12時10分、午後2時30分～5時30分)

土曜 (午前8時30分～12時10分、午後2時～4時)

休診日 木曜、日曜、祝日、年末年始

- ・ 各種健康保険取扱機関
- ・ 生活保護指定機関
- ・ 介護保険取扱機関
- ・ 特定疾患取扱機関
- ・ 結核予防法指定機関
- ・ 自立支援医療機関
- ・ 身体障害者認定医
- ・ 各種健康診断
- ・ 小中台小学校校医
- ・ 栄養療法(分子整合医学)



(携帯サイトへ)