2016年10月1日発行（年4回1・4・7・10月各1日発行）第2巻第4号（通算第7号）
ISSN 2188-952X

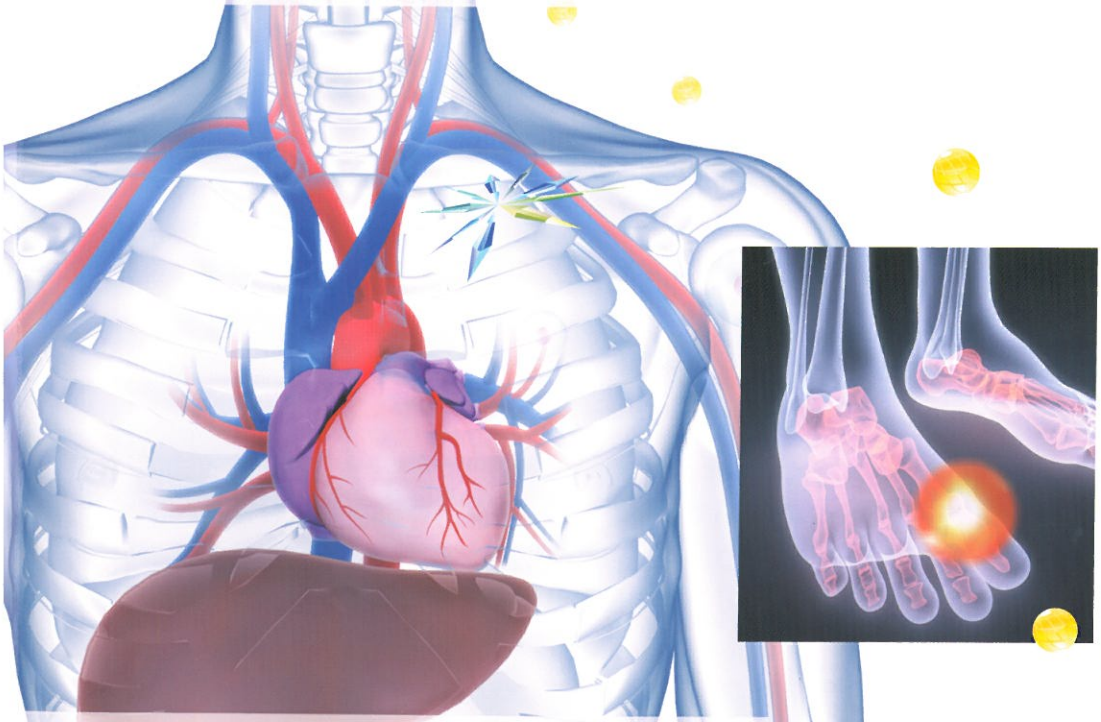
尿酸と血糖

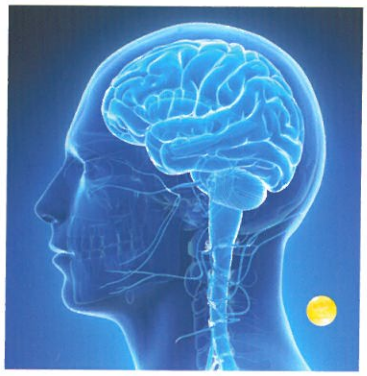
10
vol.2 no.4 2016

Journal of Uricemia & Glycemic Research

特集

消化管からみる尿酸と血糖





連載

活躍するMedical Staffの最前線
忙しい人のための抄読会
トランスレーショナルリサーチへの誘い
Basic & Clinical Q&A
尿酸と血糖のマエストロ

先端医学社

活躍するMedical Staffの最前線 第6回

インタビュー 徳島大学病院 アンチエイジング医療センター

高齢化社会を見据えたアンチエイジング

松久　本日は吉田と松久，看護師の瀧川，そして管理栄養士の松村からこのアンチエイジング医療センターをご紹介させていただきたいと思います．吉田先生，当センターの「アンチエイジング」の由来をご存知でしょうか？

吉田　藤中雄一先生*1や赤池雅史先生*2が「アンチエイジング」を提案されたことがきっかけだったと思います．この時，美容のアンチエイジングと間違われることがないように「医療」と付けたらどうかと盛り上がっていたことを覚えています．

松久　私も最初は「何でアンチエイジング？」と思ったのですが，これからの高齢化社会を見据えた藤中先生の思いをお聞かせいただいてから，この言葉を強く意識するようになりました．

ここでは糖尿病診療に携わる看護師さんが中心となって，加齢を促進するメタボリックシンドロームや糖尿病の検診を通じて，糖尿病患者や肥満者の外来診療を支えるユニットとして活動しています．

*1　現・徳島県鳴門病院内科

*2　現・徳島大学大学院医歯薬学研究部医療教育学分野

アンチエイジング医療センターの役割

松村　徳島大学病院には県内の中核病院としての役割がありますが，そのなかでも自分の健康についてさらに詳しく知りたい方々を対象に，体の情報や知識を提供していくことが当センターの役割だと考えています．やはり県民の健康が第一ではないでしょうか．

瀧川　とくに健康意識の高い方がメタボ検診のために多くいらっしゃいます．毎年1回，必ず来院される方や高知県に近いところから来てくださる方もいらっしゃいます．また，フットケア外来や透析予防外来を利用される方，最近では療養指導で当センターを利用される妊婦さんも増えてきました．

松久　もともとは肥満に伴う血管障害を中心にみていましたが，現在では透析予防や高齢化が非常に注目されており，当センターもその流れに沿って検診のレベルを上げています．老化のマーカーである終末糖化産物（AGEs）の測定や，アジアの診断基準に基づいたサルコペニアの診断も取り入れて，それらの検診結果を患者さんの生活習慣指導につなげています．さらに，県と大学の話し合いによって日本人向けの検診を「医療観光（メディカルツーリズム）」という形で海外（中国人）にも展開しています．

徳島大学病院
アンチエイジング医療センター
副センター長　吉田守美子先生

検診と実際の取組み

松久　検診では患者さんの各種の情報を可視化して，そこから得られた個々のデータに対してアセスメントしていきます．動脈硬化やサルコペニアもさまざまな角度から精密検査の必要性を評価して，つぎのステップへの橋渡しをしています．また，塩分に対する味覚の検査なども取り入れて透析予防に活用しています．

吉田　動脈硬化のエコー検査では患者さんと一緒に画像をみながら話をしています．「ここに病変がありますね」とリアルタイムで説明しているので，患者さんにとって大きなインパクトがあると思います．松村先生は実際に患者さんとお食事しながら栄養指導をなさっているのですよね．

松村　そうです．私たち管理栄養士は患者さんと一緒に昼食を摂りながら指導をするという形になります．メディカルツーリズムでは中国人医師の銀花先生が通訳して伝えてくれますし，資料も中国語に訳したものをお渡ししています．

徳島大学病院栄養部
副部長　松村晃子

吉田　フードモデルではピンとこないところも実際に食べながら指導できるようなプログラムになっています．

松村　患者さんが話しやすい雰囲気作りに一役買っていると感じています．味付けや食べる早さも直に指導しやすいと思います．

メタボリックヘルスランチとは？

松村　以前は，入院患者さんに提供している食事をアレンジして検診時の指導に利用していました．その後，院内にレストランが開設され，松久先生のお声掛けで栄養部とレストランの調理師さんで協力してメニューを開発・提供するようになりました．

毎月半ばごろに献立を決めて打ち合わせするのですが，レストラン側の採算の問題も考慮しながら毎月メニューを更新してきました．エネルギーは600 kcalとし，栄養のバランスはもちろん，食塩や食物繊維にも配慮しています．それから，このランチには必ずデザートが付くのですが，実はカフェを経営されている患者さんからアイディアをいただいています．

松久　偶然ご縁があって，患者さんの奥様が徳島大学出身の管理栄養士なのです．

松村　いろんな方の思いが詰まっているのだと，今日改めて思いました．

現状とこれからの課題

――増加するフットケア利用者の背景には糖尿病患者の増加があるのでしょうか（図❶）．

瀧川　患者さんの増加もあるかもしれませんが，松久先生も吉田先生もフットケア外来を熱心に紹介してくださるので，患者さんの意識の高まりもあると思います．

松久　一度ご利用いただくと，患者さんから積極的にフットケア外来の予約を希望してくださるので，それだけ患者さんが喜んでくれているとも思います．

瀧川　直接患者さんにかかわることができるので，

徳島大学病院
アンチエイジング医療センター
副看護師長　瀧川稲子

看護師としては最もやりがいのある外来だと思っています．一度，胼胝のケアをはじめたりすると，きりのよいところまで終えるのに結構時間が掛かってしまったりするのですが，それだけ患者さんとお話しする時間も長く取ることができるので，診察室では聞けないような話をお聞かせいただけることもあります．時には患者さんの過去の歴史をお聞きしながら「ああ，なるほどな」と思うこともあったりして，患者さん自身を理解することにつながっていたりするのかなと思います．

――どのような患者さんをフットケア外来に紹介なさっているのでしょうか．

松久　もちろん実際に足を診て，足病変やその兆候があればフットケアをおすすめしています．しかしながら，毎回足を診ていると外来がパンクしてしまうので患者さん全員を診ることはできません．できる限り初診時には診るようにしています．フットケアを必要としている患者さんは大勢いらっしゃると思いますが，とりわけ神経障害と動脈硬化が強い症例は積極的に声を掛けています．

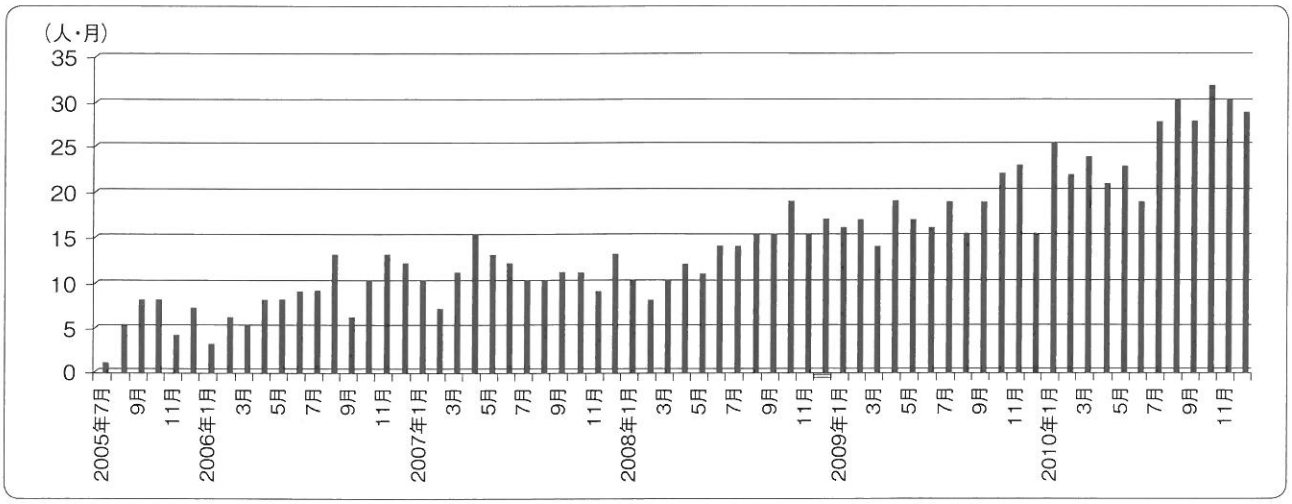
――徳島県における糖尿病患者の実態をどのようにお考えでしょうか．

松久　徳島県には高齢の糖尿病患者さんが多いのですが，しっかりと診療を受けてケアされている患者さんが多く，決して治療の実態は悪くないと考えています．しかしながら，糖尿病が原因となった失明者数が多いという調査結果もあるので，十分な治療を受けることができていない方も少なくないのだと思います．

とくに認知機能が低下してきた高齢の患者さんは大学病院に通って治療を継続することが難しくなってくるので，われわれが把握できていない実態は多々あると思います．都市から少し離れた病院では治療のために毎週通院して注射を打ってもらう患者さんも大勢いて，日本ではしっかりとケアできるだけのリソースがまだまだ不足していると感じます．

――アンチエイジング医療センターとしてどのような取り組みがあるのでしょうか．

松久　最近では，サルコペニアの早期診断を重点的に取り組んでいます．病院の廊下で歩行速度を測定



図❶　フットケア外来　来院状況　（徳島大学病院アンチエイジング医療センターHPより）

徳島大学病院
アンチエイジング医療センター
センター長　松久宗英先生

したり，握力を測定して患者さんの情報を集めたところ，糖尿病患者さんの身体は想像していた以上に弱っていることがわかってきました．

たんぱく質の摂取に対する注意であったり，運動用具と具体的なトレーニングの方法を実際に指導して，栄養と運動の両面から少しずつアプローチしていますが，まだまだ走り出したばかりです．糖尿病患者の認知症でもわれわれの予想を超えた実態が潜んでいるだろうと容易に想像できます．

瀧川　次回の外来にもってくるようにお願いしたものを必ず忘れてしまう患者さんも時折経験します．昔のことは覚えていても，先週言われたことが思い出せないような患者さんは注意が必要だと思います．

吉田　どんなに些細なことでも徴候を感じ取ったら，そこで「気のせいかな」と思わずに認知症の可能性を疑うことが必要だと感じます．

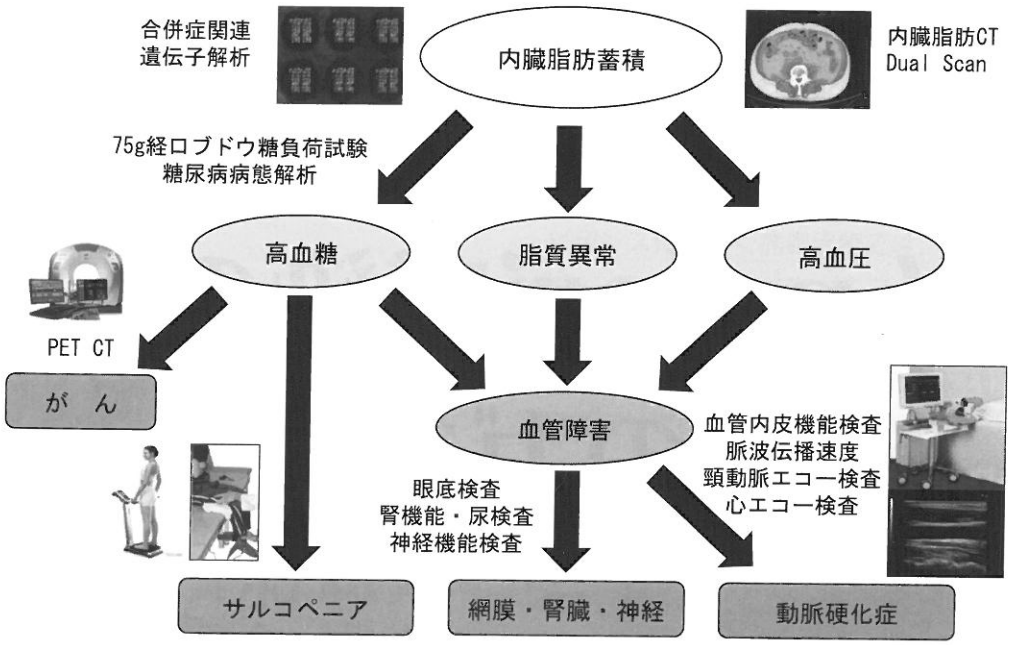
松久　しかしながら，認知症を診る神経内科・精神科の先生方はすでに大勢の患者さんを抱えています．だから，内科医が診療できる領域を広げていくことで早期診断・治療につなげていかなくてはならないと考えています．

今後の目標

松久　大学病院として，日常臨床を研究とリンクさせてつねに新しさを出していかなければなりません．一方で，充実した医療や検診をつくるためにはマンパワーやさまざまなリソースが必要になります．「あれもこれも」と増やすばかりでは最終的に費用という形で患者さんや受診者の負担になってしまうので，選択と集中が重要となります．

そのようななかで，最も重要な課題の一つはやはり健康寿命だと考えています．高齢者のサルコペニアや認知症をはじめとしたさまざまな問題に対して「現在の基準で本当によいのか？」「どのタイミングでどのような介入をおこなうのか？」という疑問があります．ですので，われわれ自身がデータを集めて，そのような疑問を検証していきたいと思います．

このアンチエイジング医療センターで，高齢者に何をしてあげるべきか，もっと本気で考えていきた



図❷　徳島大学病院アンチエイジング医療センターが進める糖尿病・メタボリックシンドローム健診
（徳島大学糖尿病臨床・研究開発センター HP より）

いと思います．

吉田　このセンターが設立されたころは，CT による内臓脂肪の測定や FMD による血管内皮機能の評価がまだ世のなかに浸透しはじめた時代でした．当初は，このような指標や機器を使って「隠れた病気をみつけましょう」という新しさがあり，アンチエイジングだったのですが，現在では日常診療のなかでも検査できるようになり，新しさという点が薄れてきていると感じています．

これからは，「現代のアンチエイジングとは何か」を模索していくべきだと思います．そこで高齢者も重要ですが，もう一つは小・中学生などの若い世代が老化していく過程も重要だと考えています．

徳島県は小児の肥満が問題になっていますし，若い女性には極端なダイエット志向がみられます．そのような世代の人たちがどのように年を取っていくのかをみながら，大学病院でしかできないような，新しいアンチエイジングのアプローチを発見していかなければならないと思います．

松村　今は外食や中食など，どのような状況でも食事を摂ることが容易な社会になり，食べ物の情報がさまざまな媒体を通じて報道されています．しかし，基本の食事をしっかりと摂ることから体のリズムがつくられていくということを管理栄養士から患者さんへしっかりと伝えていきたいと思います．

瀧川　フットケア外来や透析予防外来は合併症の発症・進展予防につながるので，もっと多くの方にご利用いただければと思っています．しかしながら，「フットケアって何するところ？」と聞かれることもたびたびあるので，もっと患者さんに向けた広報活動が必要だと思っています．

メタボ検診（図❷）も，病気ではないけれども健康になりたいという方が来てくださるので，透析予防やフットケアの意義についてもっと多くの方に知っていただきたいと思います．

松久先生がホームページをとてもわかりやすくリニューアルしてくださったので，ぜひご覧いただければと思います．