

# ゆとり

## (理 念)

地域の基幹病院として、患者様に信頼され、愛され、満足される、質の高い医療を目指します。

## (基本方針)

1. 高度医療の充実
  1. 高齢化社会への対応
  1. 予防医学の充実
- を目指した、「手作りの医療」を心がけています。

## \*\* Contents \*\*

\* ペットボトル症候群

\* NHKでも取り上げられた最新の車椅子を2台導入しました。

### ～お知らせ～

・平成24年8月より 外来担当表が変わりました。

☆詳しくは当院HPをご覧ください。

# ペットボトル症候群

ペットボトル症候群とは、清涼飲料水やコーヒーなどの過剰摂取で起こるケトン症を言います。と、これだけではまったくわからないのでメカニズムなども踏まえてもう少し詳しく紹介します。ペットボトル症候群の症状なども紹介しますので参考にしてください。

## ■■ペットボトル症候群とは

ペットボトル症候群の正式名称は「ソフトドリンク（清涼飲料水）・ケトーシス」といいます。清涼飲料水を飲み過ぎることによって体に不具合が生じ、体がだるくなったりひどい時には昏睡状態になることもあります。

清涼飲料水には驚くぐらいの糖分が含まれていることが多いのですが、それを知らずに大量の清涼飲料水を飲んでしまい、糖分をエネルギーに変えるインスリンの量が不足することでケトン症になってしまうというのがペットボトル症候群のメカニズムです。



糖分とは糖質のことで、砂糖も糖質に含まれます。ご飯や麺類は炭水化物といいますが、炭水化物にももちろん糖質が含まれています。糖質は分解されるとブドウ糖というものになり、このブドウ糖がエネルギーとして利用されます。ややこしいと感じる方は、砂糖も炭水化物も同じブドウ糖になるということを押さえておきましょう。

インスリンとはブドウ糖をエネルギーに変換するホルモンです。砂糖や炭水化物が胃や腸で消化・吸収・分解されるとブドウ糖になり、体の中の血管を通して体中をめぐる。このとき、ブドウ糖をエネルギーに変換するために必要なホルモン（インスリン）が膵臓（すい臓）から放出されます。

血液中に糖の濃度がどれだけあるかを表す言葉として『血糖値』が使われます。通常、人間の血糖値はインスリンなどのホルモンの増減によって一定に保たれるようになっています。

清涼飲料水などを多量に摂取すると体内の血糖濃度（血中に存在する糖質の濃さ）の上昇にインスリンの分泌が追いつかなくなります。

この時の体のメカニズムとしては・・・

『血中に糖がたくさんある』⇒『エネルギーとして利用したいがインスリンの分泌が間に合っていない』⇒『糖質があるのにエネルギーに変換できない』⇒『インスリンの作用が低下・不足』⇒『糖質の代わりに脂肪をエネルギーとして利用する』

という流れになります。

脂肪をエネルギーとして利用するときケトン体と呼ばれる毒性の物質が生じます。僅かな量のケトン体なら全然問題はないのですが、必要以上にケトン体が多くなるとだるくなったり集中力が低下したり、腹痛や嘔吐、ひどい時には意識障害にまでなることがあります。ケトン体によってこのような症状がでることをケトosis、あるいはケトン症と言います。



夏場に暑いから清涼飲料水を飲むことがよくありますが、血糖濃度があがりすぎると血中の糖の濃度を薄めるために水分が欲しくなり喉が乾きます。このときに清涼飲料水を飲んでしまうとさらに血糖濃度があがり、さらに喉が乾いてしまいます。この繰り返しをしているとインスリンの働きが低下・不足してしまい、結果ケトン症を発症してしまうことがあるのです。

これがペットボトル症候群のメカニズムです。



夏場は大量の汗をかくので清涼飲料水やスポーツドリンクで水分補給をするという人も多いですが、一日中外で仕事をしている人や1時間以上スポーツをしている場合でない限り、水による水分補給で十分です。

清涼飲料水を一日に2リットルくらい飲んでいる方で体がだるい、腹痛がある、嘔吐がある、などの症状があるときは、ペットボトル症候群を疑ってみてください。

# NHKでも取り上げられた最新の車椅子を導入しました。

Profhand(プロファンド)は脳卒中で半身が麻痺した方、腰痛、膝関節痛などで歩行困難な方でも、自身の両足でペダルをこぎ自由に走り回ることができる最先端のチェアサイクル(足こぎ車イス)です。



もう一度自分の足で、  
行きたい場所へ、逢いたい人へ。

**Profhand**   
neuromodulation

サイズ	全長1199mm×全高866mm×全幅605mm 重量:14.2kg
身長・体重の目安	145～180cm、100kg未満
適 応	脳卒中後遺症、脊髄損傷、腰痛、膝関節痛等により歩行困難な方。片足が少しでも動かせれば、自分の両足でこげる可能性があります。
効 果	早足程度の速度で、心地よい長距離サイクリングが可能な為、楽しく無理のない筋肉トレーニング効果を得ることができます。
特 徴	片足駆動が可能で、片手にて方向転換の操作が可能のため、片手片足を動かすことが可能であれば、操作可能となっています。ペダルの重さも非常に軽いため、わずかな力で走行が可能です。
実 績	当院では平成24年4月13日より、右ハンドル、左ハンドルのプロファンドを各1台づつをリハビリテーション科に導入しています。主に当院4階にあるリハビリテーション室にて外来患者様、入院患者様に使用していただいています。今後は各病棟にそれぞれ1台づつ導入することも検討しています。