

医



からだにいいはなし

すいぞう

膵臓のおはなし 1

膵臓は消化液を分泌したり、ホルモンを分泌することで、消化や代謝と深く関わっています。

膵臓が行っている重要な機能は血液中のブドウ糖の量、すなわち血糖値を調節する機能です。

膵臓が分泌するホルモンにはインスリンとグルカゴンがあります。

血糖値を下げるインスリン

インスリンはブドウ糖の代謝に関わるホルモンで、食べ物から吸収され血液中に取り込まれたブドウ糖が各細胞のエネルギー源となるためには、インスリンが不可欠です。

血糖値が上昇すると膵臓からインスリンが分泌され、細胞膜のインスリン受容体に結合することで、ブドウ糖は細胞内に入ることができます。つまり、インスリンがないとブドウ糖は細胞に入ることができないので、細胞でエネルギーを作れないとともに、細胞に入れず行き場を失ったブドウ糖が血液中に溢れかえり、血糖値が上昇します。

このインスリン不足の状態が糖尿病の主な原因です。

血糖値を上げるグルカゴン

インスリンとは逆に、グルカゴンは血糖値が下がって糖が必要になったときに、脂肪をブドウ糖に変化させたり、肝臓に蓄えられたグリコーゲンを分解してブドウ糖に戻す働きをしています。つまり、インスリンとグルカゴンがお互いにバランスを取って体の血糖値を一定に保つように調整しているのです。

四万十町国保大正診療所

高芝俊二・西尾美紀・大川剛史

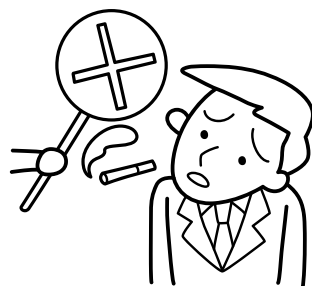
肺がんにご注意

「がん」は日本国民の死因の第1位を占め、その中でも肺がんは最も多く、がんで亡くなる6人に1人となっています。肺がんの予防にはタバコを吸わないことが最も有効です。日頃から禁煙を心掛け、生活習慣や生活環境を改善して、肺がんに関与する危険因子を避けたいものです。

肺がんに限らず、がんは無症状の時期に発見しないと早期発見は難しいとされています。健康である時にこそ検診を受けることが必要です！！

★注意する症状

症状が出て発見された場合は進行がんであることが多いです。気になる症状がある場合はすぐに受診しましょう。



肺がんによる症状

- ・咳、痰、血痰、発熱、胸痛など
- ・特に、血痰、数日以上続く頑固な咳や胸痛を認めたら、かかりつけ医を受診して、検査を受けることが必要です。

★年々高まるCOPD（慢性閉塞性肺疾患）

COPDは、息切れ、空気の不足、過剰な痰、慢性の咳を特徴とする病態を総称しています。COPDは20年以上の喫煙歴を経て発症する病気です。

タバコの害は、喫煙している本人にとどまらず周りの人も巻き込み、肺がんや心筋梗塞などで死亡する危険性を高めます。



禁煙の徹底、年に1度は検診を受け、早期発見・早期治療に努めましょう。



【お問い合わせ先】健康福祉課 ☎22-3115