

食事の管理を奥さまに 任せっきりの男性へ

担当医



久保 明先生

医学博士 糖尿病内分泌専門医
医療法人財団百葉の会 銀座医
院 院長補佐・抗加齢センター長

妻の入院中に、数値が上がってしまったYさんのケース

患者氏名	Y・K 様	年齢	67歳	性別	男性	現病歴	糖尿病 単純網膜症
------	-------	----	-----	----	----	-----	-----------

読者の皆さんの中に「食事などの健康管理はいつさい奥さん任せ」という男性はいらっしゃいませんか。

私の患者さんのYさんはその典型でした。5年前の糖尿病発症時に病院で栄養士の食事指導を受けたものの、その後は奥さまに任せっきり。奥さまご自身もコレステロール値が高いことから、栄養バランスのよい食事を毎食つくってくれていたそうです。

ところが、奥さまが皮膚の感染症の病気で入院することになった

のです。その間、Yさんの三度の食事は外食がお弁当。糖分や脂質に気づかうこともありません。奥さまと一緒に楽しんでいたウォーキングも「面倒だから」とやめてしまったそうです。

その結果、1か月半前に検査したときは144mg/dLだった血糖値は188mg/dLに、7.2%だったヘモグロビンA1cは8.3%に上昇してしまいました。

奥さま不在の男性の食生活が乱れやすいのは聞いていましたが、ここまでのはつきり数値で表れたことに大変

びっくりしました。

このような数値になってしまった原因が自分にあることを、Yさんも納得された様子です。「このあたりを気をつけましょうか」と改めて食事指導を行い、運動も再開するようお願いしました。

多分もう奥さまも退院されている頃と思いますが、果たしてYさんの生活習慣は改善されたのでしょうか。

私自身も食事に関しては妻に頼りきりな面がありますので、身につまされたできごとでした。