



# 森田医院通信

Vol.24

2018年1月9日

## 世界保健機関（WHO）ゲーム依存”を疾患に認定

ネットゲームへの過度な依存。最近では「ネトゲ廃人」という言葉まであるそうです。世界保健機関（WHO）の病気分類の次回改訂で、ゲーム依存が疾患として盛り込まれる見込みだそうです。

近年、ゲームのやりすぎが社会的な問題につながっているように感じられるニュースを見かけるようになりました。パソコンやスマホの普及やゲーム自体の普及や進歩？により新しく出てきた問題でしょうか。

WHOはゲーム障害（Gaming disorder）の具体的な症状として、①ゲームへの衝動がコントロールできない②何よりゲームを最優先する③問題が起きてもゲームを続ける④自分や社会、仕事などに重大な問題が生じる、などの症状が12カ月以上続くとしています。

ゲームは楽しく遊べばよい面もあるのではないかと思います。やめられなくなると社会的にも大きな問題を引き起こし、自身の大きな損失にもつながります。ゲームをするときは、時間や場所を決めておくなどルールを決めておくのがよいかもしれません。



## 一言コラム 厚労省2015年都道府県別生命表を公表

厚生労働省は2015年国勢調査に基づく都道府県別生命表を公表しました。

平均寿命は男性は滋賀県(81.78年)が最も高く、長野県(81.75年)、京都府(81.40年)の順。女性は長野県(87.675年)が最も高く、岡山県(87.673年)、島根県(87.64年)の順。

大阪は男女とも47都道府県中38位、男性(80.23年)、女性(86.73年)です。

全国の平均寿命(0歳の平均余命)は男性で80.77年、女性で87.01年で2010年と比べると、男女とも全都道府県で延びているそうです。

寿命の延長は大切なことですが、中でも健康に過ごせる期間(健康寿命)がより長くなるようにすることが大切です。普段から病気にならないよう気を付け、異常を感じたときは早めに医療機関を受診するよう心がけましょう。



## ニュース 国立がんセンター 電子たばこによる禁煙効果を否定

国立がん研究センターは”電子たばこによる禁煙の有効性が否定された”と発表しました。電子たばこでは禁煙の成功率が約3分の1低下し、禁煙外来で薬物療法を受けた人は、禁煙の成功率が約2倍上昇したそうです。この結果より電子タバコは「禁煙の手段として推奨または促進すべきではない」としています。

同様の米国の調査で、喫煙経験のない若年者で18カ月後喫煙者になっていたのは電子たばこ非使用者で10.2%に対し、電子たばこ使用者では47.7%と高率だったそうです。

禁煙のためには、電子タバコを利用するよりも禁煙外来を受診するほうがうまくいく確率が高いようです。



## 糖尿病ってどんな病気？

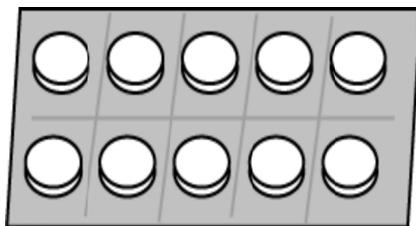
### その15 糖尿病の薬 メトホルミン

メトホルミンは1950年代に登場した古い薬剤ですが、副作用のため長い間危険視されてきました。しかし使用法を間違えなければ優れた薬であることが認められ、現在では頻用される薬の一つです。

メトホルミンは肥満の有無にかかわらず良好な血糖降下作用を示します。肝臓からの糖放出抑制が主作用ですが、メトホルミンの服用により死亡や心筋梗塞・脳卒中などの危険が減少することや大腸癌や肝臓癌を抑制する報告もあり、多くの作用があると考えられます。

副作用として、開始早期に下痢や悪心、食欲不振などの消化器症状が出る場合があります。これらの副作用は少量で開始しゆっくり増量することにより克服できることがほとんどです。

メトホルミンの特徴として、副作用防止のためCT等で造影検査を行う時は、緊急時を除き2日前から中止、検査後48時間は内服を再開しないとといった点があります。



## お知らせ

### インフルエンザが増加

年も変わり、インフルエンザが全国的に増えてきています。今年はA型だけではなくB型も早くから流行しているようです。B型はA型と比べ熱よりも消化器症状などが出やすいといった特徴があります。

予防接種を受けていてもインフルエンザにかからないとは限りません。予防のため手洗いうがいを心がけましょう。

インフルエンザにかかったかもしれないと思ったときは早めに医療機関を受診するようにしましょう。

(インフルエンザの簡易検査は熱がはじめてから間もなくは陽性にならないことがあります注意が必要です。)



## 医療法人 森田医院

所在地：大阪府寝屋川市本町24-14 電話：072-821-0446  
ホームページ：<http://www.moritaclinic.or.jp>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日 祝
9時-12時30分	○	○	○	-	○	○	-
17時-19時30分	○	○	○	-	○	-	-



受付は診察の30分前からです。シャッターは診察の1時間前に開きますので、診察券をお持ちの方は診察券入れに入れていただきますと順番をとらせて頂きます。