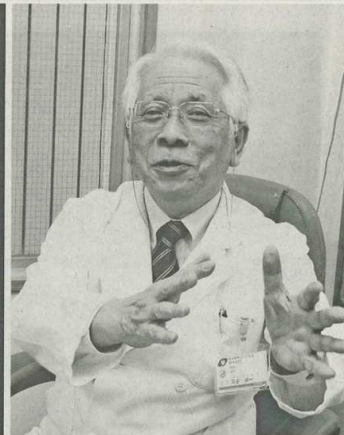


予備軍含め患者「2000万人」国民病

糖尿病

細木病院 深田順一院長に聞く



患者予備軍を含めると2000万人といわれ、国民病とされる糖尿病。高齢化に伴い、ほかの合併症との関わりも指摘される。糖尿病専門医で、昨年11月に細木病院（高知市大膳町）に着任された深田順一院長に話を聞いた。

◆最近、糖質制限のダイエットなどもよく耳にしますが、そもそも糖の役割について教えてください。

◆人間は食事から栄養を摂取し体を維持しているわけですが、栄養の中でエネルギーの源として最も大事なものがブドウ糖（グルコース）です。ブドウ糖は小腸で吸収され、血液にのって全身の細胞に運ばれていきます。

また、睡眠時など食事をとっていない時でも体を維持できるのは、基本的に血液中の糖分は一定のレベルに調整されています。血糖中の糖分が増えるとき、インスリン抵抗性があるという言い方をしますが、インスリンが作られなくなったり、インスリンが作られても細胞がインスリンをうまく使えない状態が、糖尿病の原因になります。

◆糖尿病になる原因は何かありますか？

◆糖尿病には、1型糖尿病と2型糖尿病があります。1型糖尿病は、膵臓のβ細胞が破壊され、インスリンが作られなくなってしまう病気です。2型糖尿病は、インスリン抵抗性やインスリン分泌不足が原因で起こります。

◆糖尿病の合併症はどのようなものがありますか？

◆糖尿病は、血管を傷め、さまざまな臓器に影響を及ぼします。特に、心臓、腎臓、目、神経、足などに合併症が起きやすくなります。

◆糖尿病の予防や治療にはどのような方法がありますか？

◆糖尿病の予防には、食事の改善と運動が重要です。また、定期的な血糖測定と医師の指導を受けることも大切です。

シリーズ 地域医療を考える

合併症念頭に血糖調整



管理栄養士による、糖尿病患者への栄養食事指導も行われている—細木病院提供

◆初期の患者さんでは、このような症状が少なく、健康な人と比べると血糖値の高さを指摘することが多いです。症状はあまり目立たないが、血糖値のほかにHbA1c（ヘモグロビン・エーワンシー）という数値が、5以上と

体重を記録「書くクスリ」

◆治療法は、その方の高血糖の成り立ち方によって違いますが、食生活の管理は全ての糖尿病の方にとって治療の基本です。

◆血糖値を記録する重要性が指導される。朝の食事前後に1日4回、体重を記録する重要性が指導される。



糖尿病 安心ブック

細木病院

◆合併症にはどのようなものがありますか？

◆三大合併症といわれるのが、糖尿病性網膜症、糖尿病性腎症、末梢神経障害です。これらは毛細血管などが傷つくことで起こります。中でも腎臓への障害が進むと人工透析が必要になり、負担も大きくなります。

朝の食事前後に1日4回、体重を記録する重要性が指導される。