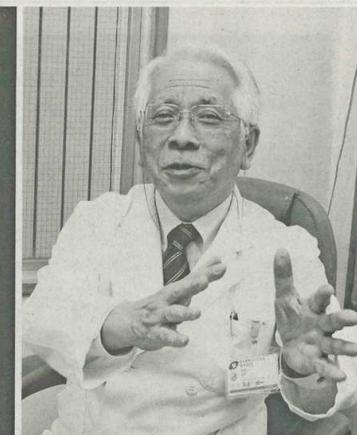


予備軍含め患者『2000万人』国民病

糖尿病

細木病院 深田順一院長に聞く



最近、糖尿病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、栄養の中でもエネルギーの源として最も大事なのが「ドグロコース」です。ドグロコースは小腸で吸収され、血液にのって全身の細胞に運ばれてきます。

また、睡眠時など食事をしていない時間でも体は維持できるよう、基本的には血液中の糖分は一定のレベルに調整されています。血液中の糖分が増えると、グリコーゲンといふ形で一時的に肝臓や筋肉に蓄えられ、バランスを保っています。

その際重要な役割を果たしているのが、肝臓から血液中に分泌されるインスリンです。インスリンは細胞といつことでその細胞にドグロコースを取り込みます。血糖値が上がりすぎると、胰島細胞がインスリンを放出します。インスリンは2型糖尿病といいます。

日本人の糖尿病の9割超は2型で、インスリン抵抗性になっているのが、肝臓から血液中に分泌されるインスリンです。インスリンは細胞といつことでその細胞にドグロコースを取り込みます。血糖値が上がりすぎると、胰島細胞がインスリンを放出します。インスリンは2型糖尿病といいます。

細胞にドグロコースを取り込むインスリンの働きが発揮されず、血糖値が慢性的に高い状態が糖尿病です。糖尿病は食べ過ぎが原因の病気と誤解されやすいのです。

患者予備軍を含むとう2000万人ともいわれ、国民病となる糖尿病。高齢化に伴いほかの併存症との関わりも指摘される。糖尿病専門医で、昨年1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。

【大通寺峰子】

シリーズ
地域医療を考える

安心ブック 糖尿病



社会医療法人二合会
細木病院

朝夕の食事前後に一日4回、体重を記録する量性などが指導される

合併症念頭に 血糖調整

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によって違います

・糖尿病の管理は全

ての糖尿病の方にとっ

て、治療の基本です。ス

タートするには、まず現

状を見直し、そこから改

善すべき点、改善効果が

高そうなものに優先順位

をつけ、始めてなるよう

に効果を感じます。

結果自分で自分であ

る目標を立てる

うと、目標達成が

できるようになります。

運動療法、などは、

お薬についても、近年

使い方のうち何を諦め

る必要がある、という話

が2型糖尿病とい

うのですが、糖尿病

は、主に2型の糖尿病

です。糖尿病では、

尿が多めで、また体重

が減るなどが、糖尿病が

発症する典型的な症

状です。

◆口が乾いて水がぼし

ても糖尿病になります。

が、初期の患者さんは

よく、インスリンがない

ときに、インスリンが効き

ます。胰臓でインスリ

ンが作らなくなったり

たとき、インスリンが効かなくな

ります。一方、インスリ

ンはそこそこ作れてい

るのに、細胞にドグロ

ウ糖を取り込まざるが弱い

ことがあります。複数の原因が組み合わさ

っています。一方、インスリ

ンが作らなくなったり

たとき、インスリンが効か

なくなります。このため

は、尿が多めで、また重

体が減るなどの、糖尿

病の特徴が加わって

ます。

◆血糖が高くなると、

太い血管が傷む、心

筋梗塞、脳卒中などが心

配されます。最近では糖

尿病の方は骨粗鬆症

や、歯周病が悪化しやす

くなります。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。

◆合併症にはどのよ

うなものがありますか。

—合併症といいます

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

血管などが傷むことで起

ります。中でも腎臓へ

の合併症を頭に、血糖

コントロールをベストの

状態に保つことが重要

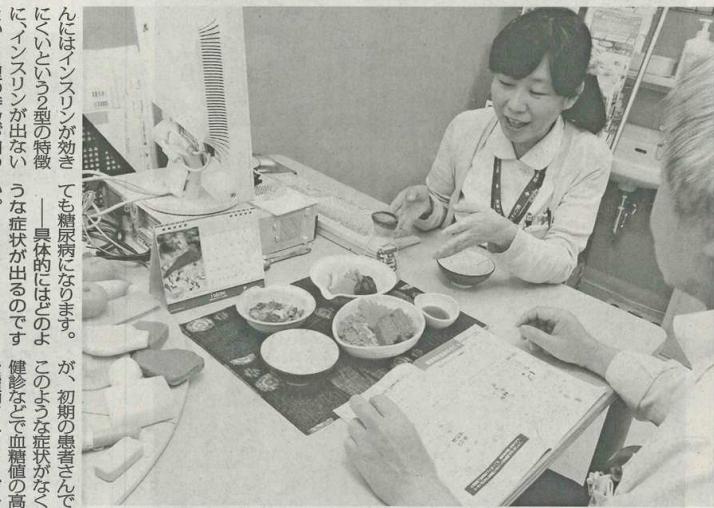
です。

—毎日血糖を測定する

のが、糖尿病の特徴

です。

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



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

いうのも糖尿病と診断される基準の一つです。さらには、高血糖が続くと、血管を傷め、さまざまなかつらの合併症の症状が加わってきます。

医学が糖尿病の原因をのものへの治療までの至っていないのが現状のために、発病の早い段階から合併症を頭に、血糖

コントロールをベストの状態に保つことが重要

ります。

—毎日血糖を測定する

のが、糖尿病の特徴

です。

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

ます。

糖尿病の食事療法は年齢

も考慮するよう変わりつ

つあると聞いています

が、要護の前段である

フレイルといわれる体が

ますね。

県内の糖尿病専門医

は、現在44人限られて

いますが、うまく活用し

てみてほしいと思いま

す。

糖尿病患者

が増えていると聞きました

—高齢の糖尿病患者

が増えていた

のです。

糖尿病の食事療法は年齢

も考慮するよう変わりつ

つあると聞いています

が、要護の前段である

フレイルといわれる体が