

「しのびよる糖尿病」

北崎医院 三宅 育代

白山 1 - 2 - 21 TEL . 761 - 4696

糖尿病とはインスリン(血糖を下げるホルモン)の分泌不足や作用不足によって血糖値が高くなることにより様々な合併症が起こる病気です。健康な体では膵臓からインスリンが正常に分泌されているため、血液中のブドウ糖濃度(血糖値)は一定の範囲に保たれています。膵臓は空腹時でも少量のインスリンを常に分泌しつつ(基礎分泌)、食物の摂取を敏感に感知し必要な量のインスリンを追加分泌して血糖値を一定の範囲に保っています。糖尿病の方ではこのインスリンの分泌がうまくいかないため、血糖値が正常範囲を超えてしまうのです。糖尿病は「生活習慣病」ともいわれ、戦後、食生活が欧米化したことや自動車の普及に伴う運動不足、それに伴う肥満などの色々な要素が加わって発症します。

糖尿病の初期は空腹時血糖(朝食前血糖)は正常で食後の血糖値が上昇するのが特徴です。重症化してくると朝食前の空腹時血糖が上昇してきます。このため朝一番の検査では異常が見つからない事があります。また手軽に行える尿検査では異常がなくても詳しい検査で糖尿病と診断されることもしばしばあります。検診で糖尿病はないと安心していても隠れた糖尿病に気付いていないかもしれません。逆に朝食前の血糖値で異常を指摘された場合、思った以上に進行している場合が多いのです。

糖尿病の症状は進行すると口渇、多飲、多尿、全身倦怠感など出現しますが、初期では無症状です。症状が無いからといって放置しておくとう糖尿病に伴う弊害(合併症)が起こってきます。本当に怖いのはこの合併症です。

合併症は主に、神経と眼と腎臓にあらわれ、それぞれ糖尿性神経障害、糖尿病性網膜症、糖尿病性腎症とよばれ三大合併症とされています。進行してくると、足のしびれや痛み、感覚が鈍り、足壊疽(足がくさる)を起こすと足を切断しなければなりません。網膜症に関しては日本での失明の原因第一位、腎症でも人工透析導入の原因の第一位となっています。糖尿病患者さんのうち1年間に約5,000人が新たに失明し、11,000人以上が人工透析になっているのが現状です。これに加え大血管障害といわれる合併症も重要で、糖尿病により知らず知らずのうちに体中の血管が動脈硬化をおこしポロポロになってしまいます。狭心症や心筋梗塞を起こしても、痛みには気付かず命を落とすことも稀ではありません。このような恐ろしい合併症を起こさないためにも、早い段階での専門医による治療が必要になります。

糖尿病の治療は、食事療法が基本となり、運動療法、薬物療法(経口剤、インスリン注射)です。糖尿病も合併症も一旦発症すると治りません。糖尿病の治療の目的は治すことではなく、進行を防ぎ合併症を予防することにあります。失われた足や視力は戻らないのです。近年糖尿病薬は種類も豊富になり様々なタイプの糖尿病に対応できるようになってきました。糖尿病を患っている方、糖尿病が心配な方は早めに専門医にご相談されることをお勧めします。