

なるほど良くわかる 病気あれこれ

[第6回] 糖尿病について

糖尿病は血糖値が高くなる病気ですが、血糖値が高くても苦痛がないために治療が必要だと思われにくい病気といえます。日本人の糖尿病の95%以上をしめる2型糖尿病は、糖尿病になりやすい遺伝的体質をもっている人に、生活習慣の乱れが手伝って発症します。

生活習慣の乱れとは、

食べすぎ
運動不足
ストレス
栄養のかたより
肥満



です。

糖尿病ではインスリンの働きが弱くなり高血糖がつづくために、全身にいろいろな病気を引き起こします。インスリンは膵臓から分泌されますが、食物が吸収されて血糖値が上昇するとそれを感知して血中に分泌されます。ぶどう糖（血液検査で血糖のこと）は肝臓や筋肉、脂肪組織へ運ばれエネルギー源となり消費され、血液中で正常値を維持しています。ぶどう糖が

体の細胞にとりこまれる時に、インスリンの助けが必ず必要なのです。糖尿病の治療に食事療法が大切なのは、働きが弱くなったインスリンにあわせて食後の血糖値の上昇をおさえるためです。



糖尿病が引き起す全身の病気のことを合併症と言います。合併症は血糖値が高くなるほど進行し、初期には無症状です。

合併症の種類：

糖尿病の人だけに起るもので、細い血管が障害される病気（糖尿病網膜症・糖尿病腎症・糖尿病神経障害）

大血管の動脈硬化によるもので、糖尿病の人に頻度が高い病気（脳こうそく、心筋こうそく、下肢などの血管の閉塞性動脈硬化症）

糖尿病の代謝障害や抵抗力低下などで起きる病気（高脂血症・脂肪肝・肺炎や膀胱炎などの感染症）

急性合併症として意識障害を起す糖尿病昏睡があります。

時間に追われた忙しい日常生活の中で、気がつかずに習慣になっていた事が、糖尿病と関係があるとは思いません。糖尿病が血糖値が高くなるだけの病気ならばこわくはないのですが、合併症は恐ろしい病気だといわれています。

自覚症状が全くなくても、大丈夫だと思っ
ていても一度ご相談ください。

医師 佐藤 紀子

ボランティアさん紹介

当院へ来院された方は、受付右手の美しい生花に目が留まったことと思います。当院の外来を受診されている森本榮子さんの作品で、お陰様で受付前の印象が華やかになりました。

また、各病棟でのエプロン・タオルたたみやウエス切りをしてくださっているボランティアさん、忙しい合間をぬって敷地内の草刈りをしてくださった法人内の施設 高丘寮の皆さん等、当院は多くの方々に支えられています。いつもありがとうございます！

事務 杉野 友香

