

糖尿病

今回お話を
伺ったのは



大分大学医学部
内分泌代謝・膠原病・腎臓内科学講座教授、
学部長補佐(東九州メディカルバレー構想担当)、
大分大学医学部附属病院血液浄化センター副センター長

柴田洋孝先生

■糖尿病と肥満の関係

食事を食べた後に血糖値を下げるはたらきをするホルモン(インスリン)の作用不足やインスリンが足りないといふ糖尿病になる。一般に体重が増えると、組織の中にブドウ糖を取り込むインスリンの作用不足(インスリン抵抗性)となり糖尿病になりやすくなる。ただし、血液の中に多くなるブドウ糖は、毒ではなく、大切な燃料で、肝臓、筋肉、脳などの中に十分に取り込めない高血糖状態は燃料不足の状態であり、糖尿病が悪化すると体重は減っていく。太ると糖尿病になりやすいが、糖尿病が悪くなることやせてくる。自然にやせてきた糖尿病は赤信号である。

■糖尿病の治療は何が難しいのか？

高血圧症、脂質異常症、糖尿病は肥満の延長線上に起きてくる。体重の増加は毎日の食事の内容、量と摂取時間の影響があり、間食の有無も影響する。降圧薬、脂質降下薬、血糖降下薬を内服したとしても、毎日の食事が改善されなければ糖尿病は進行する。食は味覚や好物など個人の嗜好があり、簡単には変えられない。

糖尿病専門医がどの薬を出しても、本人が食事療法をやる気を出して続けないかぎり治療はうまくいかない。

■糖尿病治療薬の進歩

糖尿病の薬物治療の問題として、まず第一に、インスリンの分泌を促進する薬剤は体重が増えやすく血糖値が上昇しやすい。それに対して、最近、腸で作られるインクレチン薬や尿糖排泄薬は体重が減ることもあり朗報である。また、血糖値は1日の中で食事のたびに上昇して低下するので、血糖値の「山」と「谷」ができる。血糖降下薬で「谷」が低くなると低血糖が起こり、心筋梗塞や認知機能の低下の原因になる。そこで、低血糖が起こりにくい血糖降下薬の分量や組合せが推奨され、以前より安全に治療ができるようになった。第二に、糖尿病では、特に高齢者では高血圧や脂質異常症がほとんど合併する。血糖値だけでなく、血圧や脂質の治療も合わせて行う必要がある。

■糖尿病治療の目標

糖尿病の治療の目標は、健康な人と変わらない日常生活の質の維持と寿命の確保であり、健康で元気に生活を楽しむことにある。血糖値やHbA1cの数値は、あくまでも道しるべである。まず、本人が糖尿病の治療の目的をよく理解して、医師、糖尿病療養指導士(看護師)、管理栄養士、薬剤師、理学療法士など多職種スタッフと相談して目標を立てて、うまくいかななくなったら修正するという繰り返しかない。

世界糖尿病デー 記念講演会2016 in 大分

「しっちゃんかえ?健康寿命の延ばし方!眼と足を護ろう!」

日時 **11月23日(水・祝)** 午後1時~午後3時35分

場所 **ホルトホール大分 3階大会議室**

無料

※受講を希望される方は 大分県医師会(☎097-532-9121)までお問い合わせください。

【内容】

特別講演(1)

「糖尿病で足切断に
ならないために知っておいてほしい事」

座長:日本糖尿病協会大分県支部 副支部長 瀬口正志氏
講師:北播磨総合医療センター形成外科主任医長・重症虚血肢センター長 藤井美樹氏

特別講演(2)

「糖尿病網膜症で失明しないために」

座長:日本糖尿病学会 大分県委員会 濱口和之氏
講師:大分大学医学部眼科学 教授 久保田敏昭氏

アトラクション

足指や下半身の筋肉を動かして血行を良くしましょう!
「足の体操で元気アップ!」

講師:一般社団法人 さかしい大分 代表理事 伊藤千奈美氏
◎当日希望者に血糖・血圧測定、栄養相談を実施します。(無料)