

本当は怖い糖尿病～知っておきたい予防と治療

基調講演

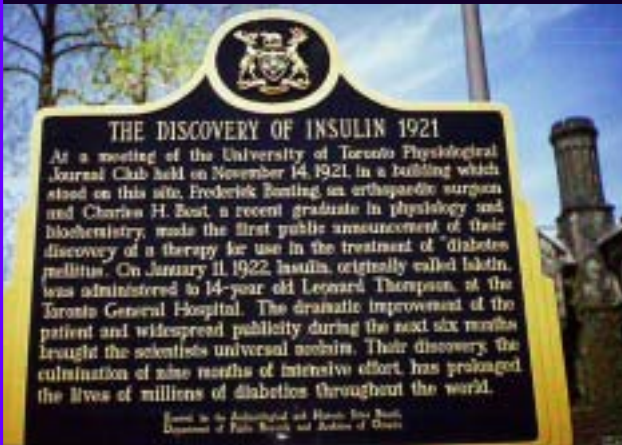
糖尿病はどんな病気？なぜ怖い？



東京女子医科大学糖尿病センター
岩本安彦

1

世界糖尿病デー



2



3

糖尿病の気がします

糖尿病の予備群ですね



もしあなたがそのように
言われたならばどうする
でしょうか？

- ・ 糖尿病とはどのような病気？
- ・ 予備群から糖尿病への進行を防ぐには？

4

糖尿病とはどのような病気？

インスリンの作用不足によって
おこる

→ 高血糖

遺伝因子と環境因子がともに
関与している

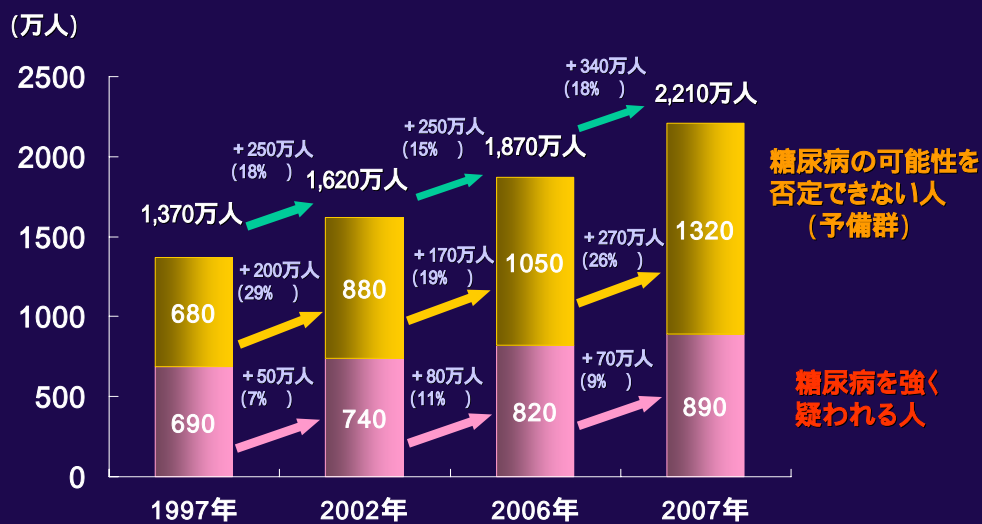
→ 多因子疾患

5



6

増加する糖尿病患者



厚生労働省：平成19年国民健康・栄養調査

糖尿病の症状

高血糖によるもの：

口渇、多尿、多飲、体重減少

合併症によるもの：

視力低下

足のしびれなどの神経症状

むくみなどの腎症による症状

無症状の場合が多い

糖尿病性腎症による腎不全(2008年)

- 新規透析導入: 16,126人
- 新規透析導入患者における比率: 43.2%
- 2008年12月31日現在 全透析患者数に占める比率: 34.2%

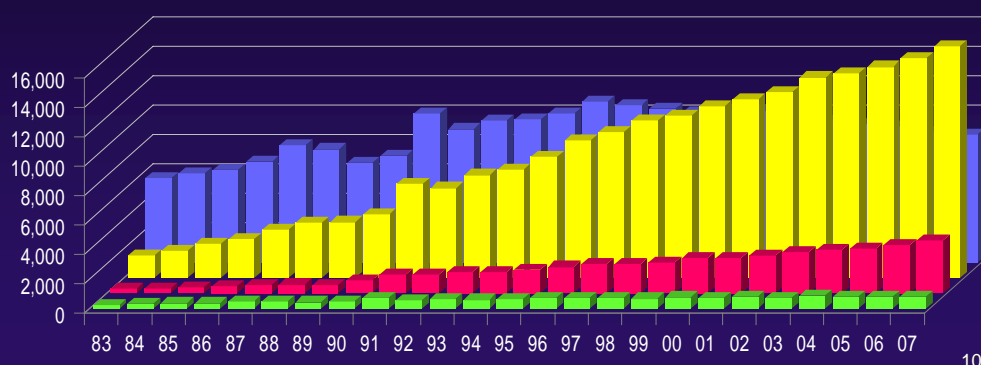
日本透析医学会 2009 報告

9

わが国における原腎疾患別透析導入患者数の推移

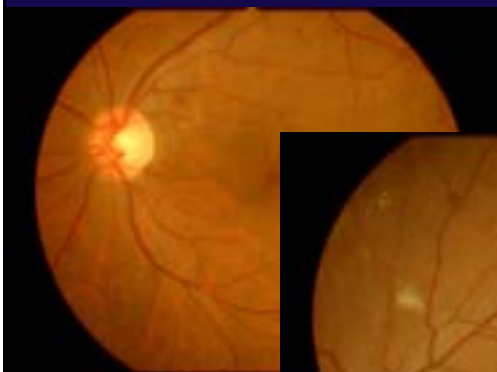
- 日本透析医学会統計調査委員会 (2008) -

■ 多発性嚢胞腎 ■ 腎硬化症 ■ 糖尿病性腎症 ■ 慢性糸球体腎炎

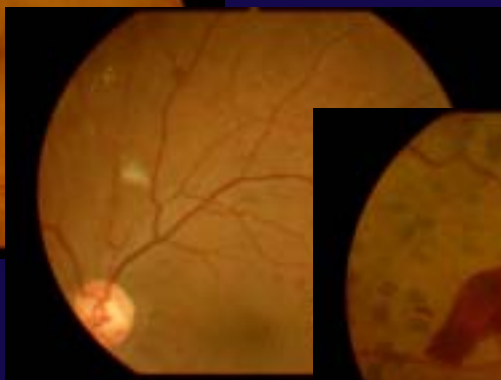


10

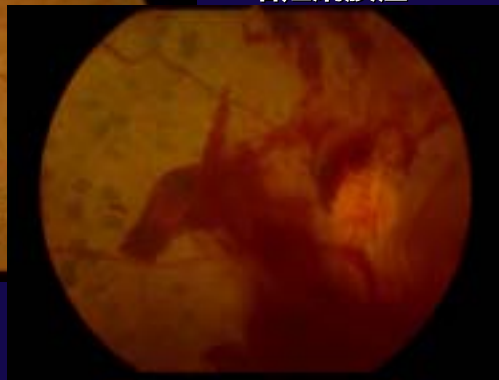
網膜症の悪化



単純網膜症



前増殖網膜症



増殖網膜症



薄明の世界へ

夜を徹して原稿にとりくんだ無理もあって
視力の異常と衰えを感じた。昭和十二年
十一月十日糖尿病と腎臓病が原因で眼底
出血、東京駿河台の杏雲堂病院に入院した。
薄明の世界が始まった。

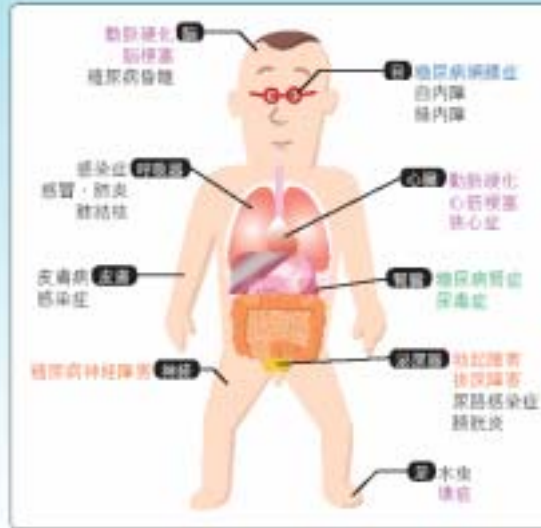
照る月の冷さだかなるあかり戸に

眼は凝らしつひてゆくなり

(黒柳「よ」)

糖尿病の主な合併症

- 糖尿病神経障害
- 糖尿病網膜症
- 糖尿病腎症
- 大血管障害
(心筋梗塞、脳梗塞、
閉塞性動脈硬化症)



13

糖尿病の慢性合併症

- 糖尿病があると促進される合併症
 - 脳血管障害……脳梗塞
 - 心血管障害……心筋梗塞、狭心症
 - 下肢の血管障害……動脈閉塞、壊疽
- 糖尿病に特有の合併症
 - 腎症……尿蛋白、腎不全
 - 網膜症……視力障害、失明
 - 神経障害……しびれ、痛み、足潰瘍など

14

糖尿病とはどのような病気？

- インスリンの作用不足によっておこる → **高血糖**
 - 遺伝因子と環境因子がともに関与している → **多因子疾患**
 - 血管と神経の障害がおこる → **全身の病気**
 - 完全に直すのは困難 → **慢性の病気**
- 長期間にわたってコントロールを保つことが大切**

15

現在の食事療法

特殊な食事ではない

- 適切な総エネルギー量を摂ること
- 栄養素のバランス
 - 糖質：総エネルギーの50～60%
 - 蛋白質：約1g/kg
 - 脂肪：総エネルギーの25%以内
- 糖質、脂肪の種類
 - 穀類、不飽和脂肪のすすめ
- 繊維食品を十分に摂る

16

運動療法

● 意義

インスリンの効きをよくする
エネルギーバランスに役立つ
筋肉の萎縮を防ぐ
爽快感などQOLを高める
高血圧、心肺機能にもよい

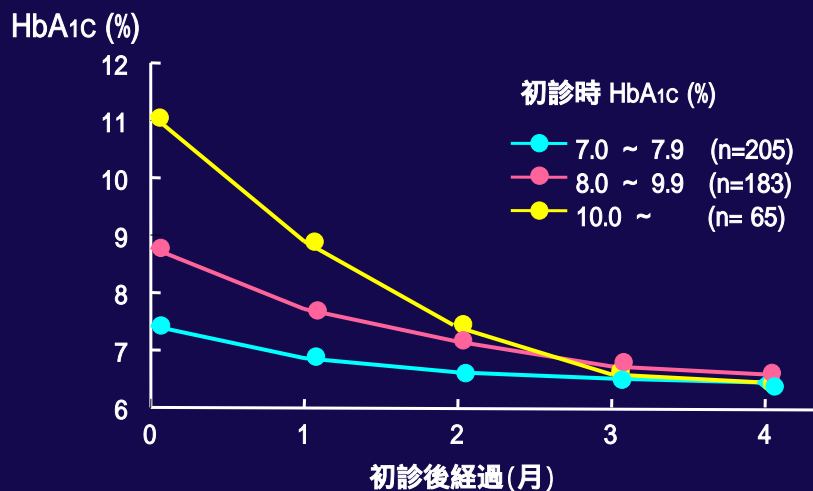
● 方法

日常生活の中に組み込む
週3回以上、1回15～30分
やや汗ばむ程度の運動、歩行が一番よい
職業としての労働でも、レジャーとしての運動でもよい

17

食事・運動療法のみでフォローした症例のHbA_{1c}の推移

(東京女子医科大学糖尿病センター)



18

糖尿病の薬物治療

経口糖尿病薬

- ・インスリンの分泌を促進する薬
- ・インスリンの働きを高める薬
- ・食後の過血糖を改善する薬

インスリン注射薬

- ・インスリンを補充する

19



International Diabetes Federation

国連での糖尿病に関する決議

2006年12月20日、満場一致にて採択された

unite for diabetes



国連決議の内容

- 世界的に糖尿病に関する認知を向上させる
- 糖尿病が個人、社会、経済に与える負荷の認知を向上させる
- 各国での医療・健康への取り組みの中で、糖尿病の優先順位を上げる
- 糖尿病の合併症を防ぐために、コスト効率の良い戦略を実行する
- 糖尿病の治癒の実現に向け研究を進展させる

- 国連が糖尿病の脅威を認識。
- 国連決議が行われた疾患はエイズのみであり、非感染性疾患では初めて。

•世界糖尿病デー11月14日を国連の認める糖尿病デーとする



IDFからのメッセージ

November 14, 2008

Unite for
Diabetes
糖尿病のために
団結する

Take a moment to reflect

- ◆ 10秒に1人、糖尿病関連の病気で死亡
- ◆ 10秒に2人、糖尿病を発病
- ◆ 世界の糖尿病患者数は2億5千万人、2025年には3億8千万人に達する
- ◆ 15歳以下の1型糖尿病患者数は、世界中で50万人以上
- ◆ 1日に200人以上の小児が1型糖尿病を発病
- ◆ 開発途上国では約75,000人の小児糖尿病がひどい状況下にある
- ◆ 就業前の小児1型糖尿病数は急増しており、増加率は毎年5%
- ◆ 8歳から2型糖尿病が発病する
- ◆ 先進国でも開発途上国でも、子どもも2型糖尿病に冒される



