糖尿病予防講演会

2009.11.16

## 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

THE DISCOVERY OF INSULIN 1921

At a mosting of the University of Toccoto Physiological Journal Chib hold on November 14, 1921, in a building which sissed on this site. Proderick Bousting, on a continued of the Contrast H. Boat. a recent graduate in physiology and blockenistry, reads the Birst pubble amountment of their discovery of a therapy for use in the treatment of disbetos publitus. On Juneary II, 1922, haotin, ortificially substituted have a similaristored to 14-year old Leonard Thompson, at the Joronal General Hospital. The drawning and baktin, was administered to 14-year old Leonard Thompson, at the Joronal General Hospital. The drawning of his most six murable lessuight the solventies universal solving. Their discovery, the cultilization of zahor mostlins of diabetics throughout the world.

But the solventies and states of the theory work and states of the lates of millions of diabetics throughout the world.

But the solventies of the things of diabetics throughout the world.

Tempolation of the property of

3

### 糖尿病の気があります

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?

### 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 高血糖 おこる
- 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





## 糖尿病の症状

・高血糖によるもの:

口渴、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

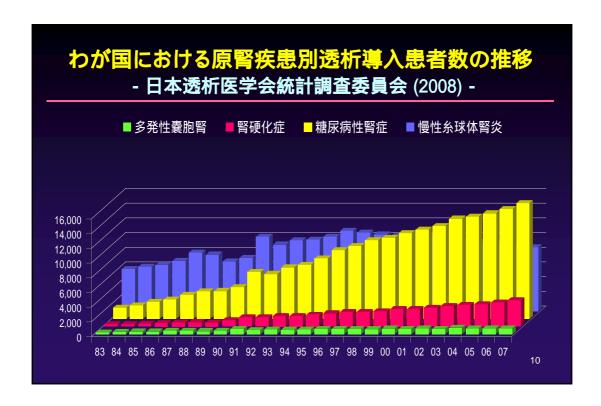
無症状の場合が多い

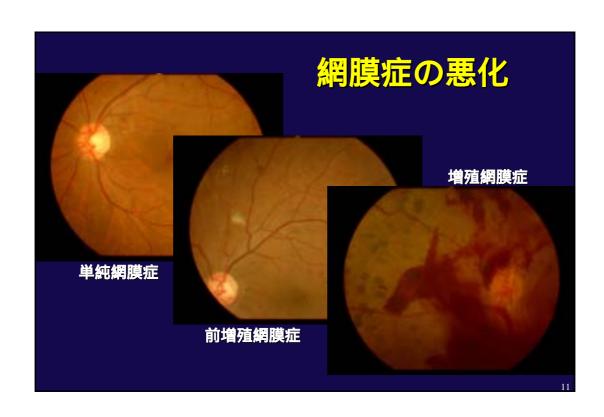
## 糖尿病性腎症による腎不全(2008年)

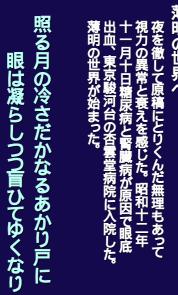
- 新規透析導入: 16,126人
- 新規透析導入患者における比率: 43.2%
- · 2008年12月31日現在 全透析患者数に占める比率: 34.2%

日本透析医学会 2009 報告

9







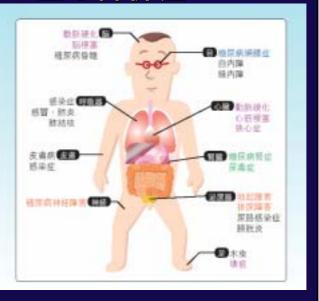
(黒槽」より)





- ●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

### 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 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

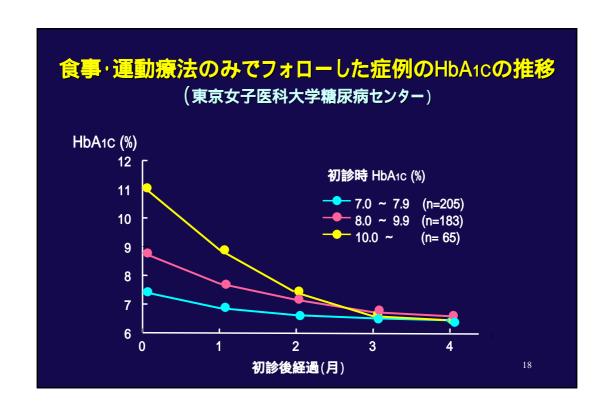
# 運動療法

#### ●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



## 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



## 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識を向上させる
- -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



