

# 糖尿病

肥満、糖尿病、高血圧、高脂血症などの代謝障害をコントロールして動脈硬化を予防

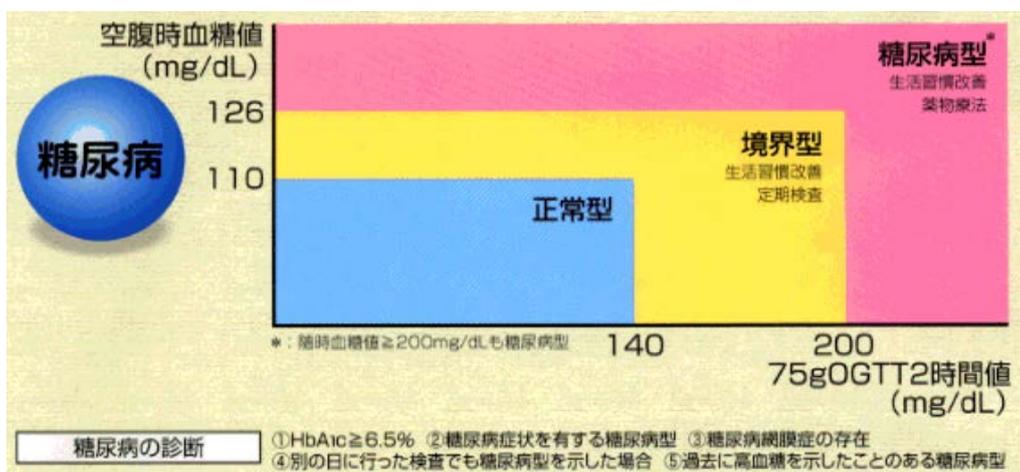
15-1 内分泌・代謝科（教授） 古家大祐 こや だいすけ

## 1. 「糖尿病」について

わが国だけではなく、世界中で糖尿病患者数は増えています。原因としては不適切な食事や運動不足など、適切ではない生活習慣や社会環境の変化、および遺伝的要因であると考えられます。糖尿病の初期段階では自覚症状があまりないため、医療機関を受診せずに放置してしまうことがあります。しかし血糖値が高い状態が長い間続くと糖尿病性合併症が進行し、患者さんの QOL（生活の質）を著しく低下させる可能性があります。そのため、「内分泌・代謝科」では、合併症を阻止するために早期からの指導を重視しています。すなわち、医師による血糖・血圧・脂質に対する治療、栄養士による食事指導、看護師による生活指導など、チーム医療による糖尿病診療を展開しています。

## 2. 「糖尿病」の診断について

糖尿病は、血液検査で血糖値・HbA1c 値（ヘモグロビン・エー・ワンシー；1～2 ヶ月の平均血糖値を表す）が高いことより診断されます。また、75g のぶどう糖を飲む前と飲んだ後で血糖値を測る試験で血糖が高いことでも診断できます（下図参照）。



### 3. 「糖尿病」の治療について

治療は、食事療法・運動療法・薬物療法（飲み薬・注射薬）が3本柱となります。内分泌・代謝科では、患者さんそれぞれのライフスタイルに合わせた食事・運動療法を選んでいきます。薬物療法は、インスリン分泌能やインスリン感受性を評価し、その結果に応じて適切なお薬を使っています。最近では、インクレチン薬をはじめとする新しいお薬も増え、治療の選択肢も広がっています。また、飲み薬を服用しても血糖値が高く、さらに膵臓からのインスリン分泌能が少ない場合は、インスリンの自己注射が必要になります。以前は入院でのインスリン治療開始が必要でしたが、最近では外来での指導が可能になりました。それぞれの状態に合わせたインスリン製剤を選び、外来で自己注射の指導と自己血糖測定の指導を受けていただき、それ以後は自己血糖測定値をもとにインスリン量を調整していく方法をとっています。

### 4. 「糖尿病」の合併症について

糖尿病では、網膜症・腎症・神経障害（3大合併症）、大血管障害（動脈硬化性疾患；狭心症、心筋梗塞、脳梗塞など）などの合併症の発症に注意が必要です。当科では、糖尿病合併症の早期発見・早期治療のために、尿アルブミン検査、末梢神経検査、頸動脈の超音波検査、脈波伝播速度などの各種検査を行い評価しています。

### 5. 「糖尿病教室」と「糖尿病教育入院」

糖尿病治療においては、糖尿病に関する正確な知識を持ち、その病気を深く理解することが不可欠です。当院では、糖尿病教室と糖尿病教育入院の体制を充実させています。糖尿病教室は、外来患者さんと入院患者さんを対象に、月2回火曜日と水曜日の午後1時30分から開催されています。また、栄養士による個人栄養指導や1週間の糖尿病教育入院コースがあります。

#### 糖尿病教室

内容	スライドや本を用いた糖尿病についての勉強 足のケアの仕方や食事のお話し
場所	新館 12 階 特別会議室
時間	火曜日・水曜日（月により日程は変更になります。） 13：00 ～ 14：00