



あかね

Vol.10

平成 31 年 1 月発行
独立行政法人国立病院機構
東近江総合医療センター
広報委員会

糖尿病が隠れていませんか？

糖尿病・内分泌内科医長 前野 恭宏

厚生労働省による平成 28 年国民健康・栄養調査の結果によると、糖尿病患者および糖尿病が強く疑われる日本人の数は約 1000 万人と推計され、平成 9 年以降増加し続けています。糖尿病のうち大部分を占める 2 型糖尿病（以下糖尿病）は遺伝的な因子に加え、環境的な因子があわさって発症するといわれています。

遺伝的な因子は言い換えると、家族・近親者に糖尿病がいるかどうかということで、近親者に糖尿病がたくさんいらっしゃれば、遺伝因子が濃厚ということになります。また、日本人は欧米の白人よりも遺伝的に糖尿病になりやすいことが知られています。

環境因子には、過食、肥満、運動不足、ストレス、加齢などがあげられます。

こういった因子があいまって、糖尿病が発症するわけですが、発症時は自覚症状に乏しく、なかなか気づきません。しかし、発症を見過ごしたり、発症がわかっても症状がないからといって、ちゃんと治療を受けずに放置したりすると後で取り返しのつかない病状に陥ってしまうことが多いのが糖尿病の特徴です。この後になってから出てくる病状を糖尿病の合併症とよびます。

早期に糖尿病がみつかって、きっちり治療を受けた人は合併症の発症・進行が起きにくいことがよく知られています。

糖尿病になりやすい人を表に示しました。皆さんはいくつ当てはまりますか？

当てはまる方は、健康診断をうけると必ず糖尿病の検査が入っていますので、ぜひ受検しましょう。

また、医療機関に何らかの病気がかかっておられる方は、主治医の先生に相談してみましよう。

糖尿病発症のしくみ



糖尿病になりやすい人はどんな人？

- 野菜をあまり食べない
- 高血圧の薬を飲んでいる
- 車に乗る機会が多い
- 血縁に糖尿病の人がいる
- 境界型と言われたことがある
- 40 歳以上 外食が多い
- 血糖が高いと言われたことがある
- 肥満気味 あまり運動をしない
- 妊娠糖尿病・巨大児出産の経験者

糖尿病合併症 = 全身の血管障害

