

糖尿病について

原因

糖尿病は成因によって、1型と2型に分けられます。

I型糖尿病は、膵臓の細胞が破壊されてインスリンがほとんど、または全く分泌されないために発症します。過剰な自己免疫反応で細胞が破壊されてしまうといわれていますが、その原因は正確にはわかっていません。

II型糖尿病は、肥満、食生活の乱れ、運動不足、ストレスや睡眠不足などの生活習慣の乱れによってインスリンの分泌量が低下したり、はたらきが悪くなることで発症します。また、体質(家族歴、遺伝)も要因の一つと考えられています。糖尿病患者の大半が2型糖尿病です。



症状

血糖が高い状態が長く続くと、のどが渇く・トイレの回数が増える・疲れやすくなる・体重が減るなどの症状が出ます。しかし、まったく症状が出ずに健診で高血糖を指摘されたり、合併症の症状が出てから初めて糖尿病と気付くケースもあるそうです。

三大合併症

高血糖のまま何年、何十年と経過すると、血管が傷つき血流が滞ってしまいます。その結果、臓器が障害を受けてさまざまな合併症が発症します。

糖尿病の合併症は、数年から数十年の経過でゆっくり生じてきます。かなり進行するまで症状が出ないこともあり、気付いた時には日常生活に支障がでてしまうことも少なくありません。

糖尿病特有の三大合併症は神経障害(しんけい)・網膜症(め)・腎症(じんぞう)です。頭文字をとって「し」「め」「じ」と覚えます。

神経障害:手足の神経が障害され痛みやしびれが生じます。

手袋や靴下でおおわれる部分に左右対称に症状がでると言われています。また、神経障害によって感覚が鈍くなり、足の怪我に気付かずそこから感染し最終的に壊疽(えそ)などを起こしてしまうこともあります。



手足以外の臓器の神経も障害されることもあり、「心筋梗塞をおこしているのに神経障害のせいで痛みを感じなかった」というケースもあるそうです。

網膜症:眼の網膜にある非常に細い血管が障害されておこる合併症です。

進行すると網膜出血や網膜剥離をおこして失明に至ることもあります。

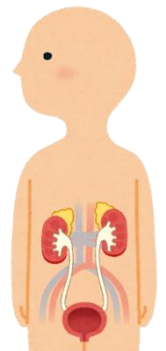
視力の低下などの自覚症状がないまま進行していきますので、定期的な検査が重要です。



腎症:腎臓にある細い血管が障害され、尿を排泄する腎臓の機能が低下してしまいます。

進行すると、腎臓の機能が失われてしまうため、最終的に**透析治療**が必要になります。現在、透析患者の原因で最も多いのが糖尿病性腎症です。

この合併症も自覚症状がないまま進行していきますので、定期的な検査が重要です。



三大合併症以外にも、糖尿病は**動脈硬化**の原因となり脳卒中や心臓病を引き起こします。

また、**糖尿病予備軍の段階**でも、心血管系疾患のリスクが高くなっていることが分かっています。

合併症の予防には、適切な血糖コントロールが重要です。