



北陵内科病院

# Dr. I の健康通信

2009.4.1 発行

7号

## 糖尿病ってなあに？

### 糖尿病の人口と病気の特徴

厚生労働省の調査によると、医療機関で治療を受けている糖尿病の患者さんは、国内で約 247 万人います（2005 年の患者調査）。ところが実際の患者数は約 740 万と推定されていて、この数字の差から糖尿病であることに気付かない人、気付いていても治療をしない人が、いかに多いかわかります。

糖尿病は自覚症状が少ないためにこのような状況となっているのですが、治療しないと、やがて全身にさまざまな障害を起こすのがこの病気の特徴であり、恐ろしい点です。

### 糖尿病の誘因

糖尿病は、遺伝的素因を背景に、加齢のほか日常の生活習慣が誘因となって発病するので「生活習慣病」といわれています。そして、糖尿病の患者数は年々増え続けています。

食べすぎ、運動不足、ストレス、アルコールの飲みすぎなど、どれをとっても現在増え続けている事柄で、外食産業の隆盛や自動車社会の繁栄、肥満の増加、ストレス社会など、糖尿病を招きやすい条件はたくさんそろっています。また、これらの生活習慣にかかわる誘因とともに、先に述べたとおり糖尿病の発病には遺伝的な素因も深く関係しているため、親戚に糖尿病の人がいる場合にはとくに注意が必要です。

なお、加齢や生活習慣とは関係なく発病するタイプの糖尿病もあります。

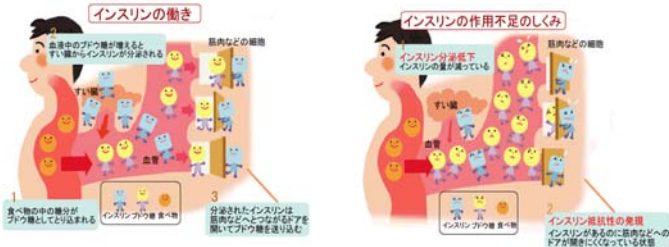


### インスリンの作用が不足し血糖値が上がります

インスリンは膵（すい）臓で作られるホルモンで、細胞が血液の中からブドウ糖を取り込んでエネルギーとして利用するのを助ける働きをしています。

インスリンの作用が不足すると、ブドウ糖を利用できなくなり、血液中のブドウ糖濃度「血糖値」が高くなります。これを高血糖といい、この状態が継続するのが糖尿病です。

インスリンの作用不足には、膵臓のインスリンを作る出す（インスリン分泌）能力が低下してしまうことと、インスリンに対する細胞の感受性が悪くなることの二つの原因があります。



### 糖尿病の症状はあまりあてになりません

糖尿病の症状は気付きにくく、多少血糖値が高いくらいでは全く症状のない人がほとんどです。しかし、その程度の高血糖でも合併症は着実に発症・進行していきます。「症状がないから大丈夫」のではなく、症状があれば血糖値はかなり高くなっているということです。高血糖がひどくなると初めて、のどが渇く、お小水が多い、トイレが近くなる、体がかゆい、できものができやすい、傷が治りにくい、足がつる、だるい、疲れやすい、物覚えが悪い、集中しない、眠い、お腹がすく、食べ

てもやせる、といった症状が現れてきます。さらに、血糖値がきわめて高い状態では、昏睡に陥ることがあります。

### 糖尿病の種類

インスリン作用不足の原因による分類

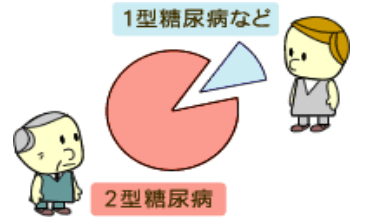
#### \* 1型糖尿病

膵臓のインスリンを作り出す細胞（β細胞）が破壊されてしまい、インスリン分泌がほぼゼロになってしまうタイプです。

自己免疫疾患（本来は体外からからだに侵入しようとする病原菌などを無力化するための免疫機能が、自分のからだに対して作用してしまう病気）や、ウイルス感染などにより、突発的に発病することがほとんどです。小児や若年層に多く発病しますが、大人になってから徐々にβ細胞が破壊されてくることもあります。

#### \* 2型糖尿病

インスリン分泌が低下はしているもののゼロではなく、いくらかは分泌されているタイプです。インスリン抵抗性（細胞のインスリン感受性が低下した状態）により、作用が不足しているケースもあります。日本では圧倒的に2型糖尿病が多く、生活習慣病と呼ばれる糖尿病はこのタイプの糖尿病です。



なお、この二つのタイプ以外に、「その他の特定の機序、疾患によるもの」、「妊娠糖尿病」があります。

### 糖尿病は自己管理が大切な病気です

糖尿病では中途半端な知識や治療は、逆に怖い結果につながります。しっかりした指導を受け、正しい治療を気長に続けることが大切です。

## ◎ お薬 なるほど情報 ◎

### 経口糖尿病薬（経口血糖降下薬）について（4）

#### ○ 食後過血糖改善薬

（α-グルコシダーゼ阻害薬：α-GI薬）

食後高血糖に対応した薬です。

食事としてとった糖質（炭水化物）は、α-グルコシダーゼという二糖類分解酵素によってブドウ糖まで分解され小腸で吸収されます。この薬はα-グルコシダーゼの働きを阻害して、二糖類から単糖類への分解を抑制します。その結果、糖質の消化・吸収を遅らせて食後の急激な血糖の上昇を抑えます。

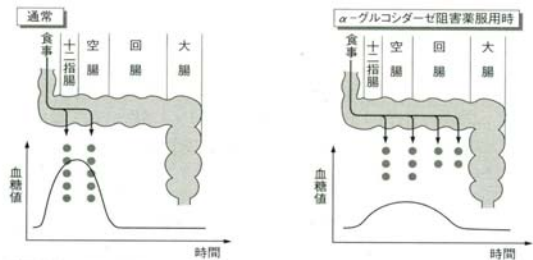


図1—α-グルコシダーゼ阻害薬の作用機序  
（日本糖尿病療養指導士受験ガイドブック 2000、日本糖尿病療養指導士認定機構編、メディカルレビュー社）

- ・食物と一緒に食べて効果を発揮する薬なので、必ず食事の直前に服用することが重要です。飲み忘れに気づいた場合は食事中でもよいのですぐに服用して下さい。
  - ・主な副作用としては、腸内細菌が吸収の遅れた糖質によって繁殖し、ガスを産生することにより、お腹が張ったり、おならがでるなどの消化器症状がでることがあります。肝機能障害にも注意が必要です。
  - ・低血糖のときにはブドウ糖をとらなければなりませんので必ずブドウ糖を携帯して下さい。（砂糖は二糖類のため、この薬を服用している場合すぐに低血糖から回復しません）
- 当院では、**バイスンOD錠**、**グルコバイ錠**、**セイブル錠**が使用されています。

薬局長 丸七