

せんせい 教えて ください!



野見山 崇

国際医療福祉大学市川病院
糖尿病内分泌代謝センター長
糖尿病代謝・内分泌内科部長

読者からいただいたご質問に、「さかえ」編集委員などが、交代でお答えします。今回は、「さかえ」編集委員の野見山崇先生に解説していただきました。

イラストレーション／小林ちか子

質問

80 糖尿病は合併症が怖いといいますが、具体的に教えてください(2型糖尿病歴3年、58歳、男性)

回答

糖尿病は合併症の病気であるといわれるくらい、糖尿病診療において合併症の早期発見と発症・進展の予防が重要です。高血圧や脂質異常症には合併症学会はありませ

んが、糖尿病には日本糖尿病学会の分科会として日本糖尿病合併症学会があり、合併症に特化した議論がなされているくらいです。しかし、この「合併症」の捉え方が、最近少し変化してきています。

こします。細菌感染などを伴うと、下肢の切断にもつながりかねない恐ろしい病態ですので注意してください。毎日靴下を脱いで、ご自身の足や爪の状態をチェックしてください。下肢の血流を検査する足関節上腕血圧比(ABI)は有効な検査ですので、脈波伝播速度(PWV)と共に年に1回は検査をしてください。

糖尿病が悪化しやすい、もしくは糖尿病患者さんに高い頻度で認められる病気を、最近では併存症と呼ぶようになりました。

糖尿病の合併症 細小血管合併症

かつては、糖尿病が発症・進展を促進する病気は全て糖尿病の合併症のように呼ばれていました。しかし最近では、糖尿病が存在しないと発症し得ない病気のみを合併症と呼ぶ方向に変わってきてい

ます(図1)。したがって、糖尿病の合併症とは、神経障害・網膜症・腎症に限定されることとなります。多くの場合、神経・目・腎臓の順に発症することから「し・め・じ」と覚えていただくと分かりやすいと思います。

網膜症は、重大な失明の原因です。視力に問題がなく、血糖コントロールが良好であったとしても、定期的に眼科を受診してください。腎症は、わが国の透析導入原因第1位です。一般的な尿検査でた

多彩な糖尿病の併存症
糖尿病で悪化しやすい、もしくは糖尿病患者さんに高い頻度で認められる病気を、最近では併存症と呼ぶようになりました。

は頸(けい)動脈エコーです。非侵襲的に動脈硬化の状態を診ることができ、年に1回検査することをお勧めします。

また、糖尿病患者さんの死因第1位である悪性新生物(がん)のチェックをすることも大切です。会社の健康診断や、市町村のがん検診を受けていない患者さんは、年に1回腹部エコーか、CT(コンピュータ断層撮影)の検査しても

も定期的に受診してください。さらに糖尿病では、骨粗しょう症が悪化しやすいことが分かっています。1型糖尿病では骨密度が、2型糖尿病では骨質が低下するともいわれており、骨折は高齢者が寝たきりになる重大な原因です。

防みましょう。

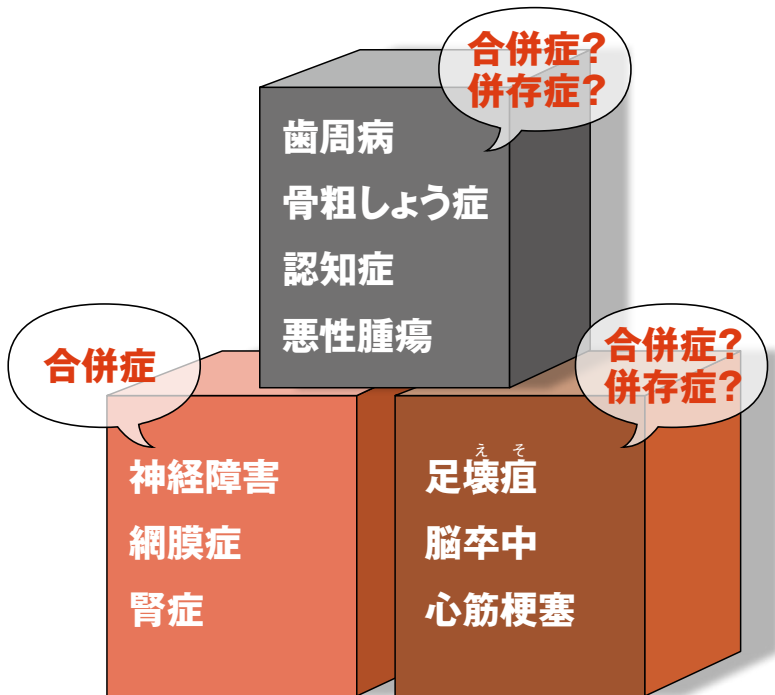
糖尿病連携手帳の有効活用

また、糖尿病患者さんの死因第1位である悪性新生物(がん)のチェックをすることも大切です。会社の健康診断や、市町村のがん検診を受けていない患者さんは、年に1回腹部エコーか、CT(コンピュータ断層撮影)の検査しても

らってください。糖尿病では、糖尿病がない人比べて、肝臓がん(2倍)、膵臓(すいぞう)がん(2倍)、大腸がん(1.4倍)が多いことがいわれています。ですので便潜血検査も重要です。

骨塩定量(骨を構成しているカルシウムなどのミネラル類の量を測定します)の検査と共に、骨格筋指数も測定し、サルコペニアも予

これらの合併症・併存症を抜くなく把握するために、糖尿病連携手帳を有効活用してください。眼科・歯科のページと、関連検査のページを1年に1度全て埋めれば、患者さんの合併症・併存症の状態が一通り把握できるように作成されています(図2)。



田中永昭先生(関西電力病院)にご提供いただいた図を元に「さかえ」制作室で作図
図1 糖尿病の合併症とは

図2 糖尿病連携手帳の糖尿病に関連する検査のページ

私事ですが、2020年4月から現在の病院に赴任し、今までに約100人の糖尿病患者さんにスクリーニングとしてのCT検査を行ったところ、たくさんの病気が見つかり、中にはがんが見つかって手術された患者さんもいらっしゃいました。百聞は一見にしかず、症状がなくても定期的に検査をし、合併症と併存症を早期発見して治療してください。