

## 糖尿病講座 第3回 ~糖尿病・その1~

さて、糖尿病に関係する役者が揃ってきました。

人類は長い飢餓の歴史の中で、重要なエネルギー源であるブドウ糖を最大限有効に利用する仕組みを作り上げてきました。しかし残念ながら、かつてそういう時代が無かったため、ブドウ糖が過剰に存在する状況への準備は、はっきり言って不十分です。

上昇した血糖への対応はインスリンが一手に引き受けており、代役はいません。もし何らかの理由でインスリンがその作用を十分発揮できなくなってしまうと、過剰な血糖を処理する仕組みは、もう体の中には残されていないのです。

慢性的にこのインスリン作用が不足した状態、すなわち血糖値が慢性的に上昇した状態こそが「糖尿病」という状態です。血糖値が高い状態では、体の機能にいろいろな障害が現れてきます。その多くは血管の壁に過剰なブドウ糖が作用して変質を生じることから起こってきます。

例えば眼の奥にある網膜というところの血管が障害されると、糖尿病性網膜症という状態になり、最悪の場合失明(1)に至ります。腎臓の糸球体というところの血管が障害されると最終的に末期腎不全といわれる状態になり、生きていくために人工的に腎臓の機能を代替わりする透析(2)という処置が必要になります。また脳や心臓に行く血管が冒されると脳梗塞や心筋梗塞といった死に至る危険性のある病の原因になります。(3)こうした合併症は、ある程度以上悪化した後では、たとえ血糖が下がっても元に戻ることはありません。失われた機能は取り戻すことができないのです。

これら数多くの重い合併症が、糖尿病の怖さの元なのです。

- 1 日本人成人の失明で、最も多い原因は糖尿病性網膜症です
- 2 日本人の透析導入原因で一番多いのは糖尿病です
- 3 糖尿病になると心筋梗塞や脳梗塞を数倍以上起こしやすくなるといわれています。