

糖尿病講座 第4回 ~糖尿病・その2~

糖尿病は重い合併症の原因になる恐ろしい病気です。しかし、その恐ろしい合併症は早期に糖尿病を発見し、適切な治療を行うことで予防することができます。糖尿病の本当の恐ろしさは、糖尿病自体がほとんど無症状である、というところにあります。

糖尿病で症状が出るのは、糖尿病の状態が著しく良くない(1)か、重い合併症がすでに出現した後かに限られます。そのため、多くの糖尿病患者さんは検査で糖尿病を指摘されるまで、自分が糖尿病であることに気がつきません。それどころか、指摘された後でも症状が無いため、糖尿病を治療しようとすらしめないのです。実際、厚生労働省が行っている糖尿病実態調査によると、糖尿病を強く疑う人のうち治療を受けている人はおよそ半数に過ぎません。これが現在糖尿病自体のみならず糖尿病合併症が増え続けている真の原因といえるでしょう。

糖尿病の治療は、コントロールがそれほど悪くなく、合併症が見られない軽症のうちであれば決して難しいものではありません。適切な食事療法と適度な運動療法、必要に応じて服薬を行うだけです。

しかしひとたび重い合併症が出てしまうと、治療はとたんに難しくなっていきます。腎臓に重い合併症があると食事療法を適切に行うのが非常に難しくなり(2)、飲み薬も使えなくなって注射薬が必要になります。眼に重い合併症があると、血糖コントロールを厳しくすることにより、かえって合併症を進行させる危険があります。心臓などに重い合併症があると糖尿病治療の柱の一つである運動療法が実施できなくなります。

こうした状態に陥らないようにするために重要なことはただ一つ、症状が出る前に検査を受け、必要に応じて適切な治療を受けることです。

- 1 著しく血糖が高くなると、口の渇きや多尿・全身倦怠感などが見られやすくなります。軽度の上昇程度ではこれらの症状は出てきません。
- 2 腎機能が著しく悪くなると、食事のタンパク質(旨みの元)や塩分を制限する必要があります。おそらく数ある治療食の中で、最も不味い治療食です。