

知らないうちに進行しているかも…

「糖尿病の3大合併症」



PLAZA IMS

Vol.41
2023 Summer



「糖尿病と合併症」

資格・所属学会

医学博士

日本内科学会認定内科医

日本糖尿病学会専門医・研修指導医

日本内分泌学会内分泌代謝科（内科）専門医・指導医

内分泌代謝・糖尿病内科領域指導医

臨床研修指導医

糖尿病・内分泌代謝内科

真山 大輔

糖尿病とはどんな病気ですか？



糖尿病は血糖を下げるホルモンであるインスリンの不足や作用低下が原因で、血液の中の糖分である血糖値が上昇し、慢性的に高血糖が続く病気です。糖尿病には「1型糖尿病」と「2型糖尿病」があります。1型は免疫の異常などが原因でインスリンを分泌が低下する事で発症し、インスリン注射が必要となります。一方で2型は遺伝的素因に加え過食や運動不足などの生活習慣が重なると発症し、多くの糖尿病患者は2型です。また、日本人は欧米人と比較し、インスリンの分泌が少ないため、糖尿病になりやすいと言われています。日本では糖尿病の疑いがある人は成人の6人に1人、約2000万人にのぼっています。

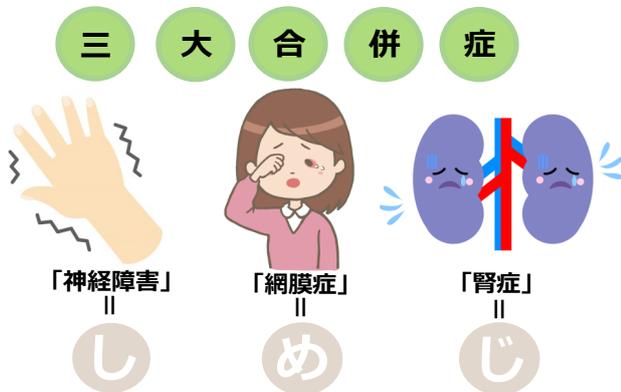
糖尿病は進行するとどうなりますか？

糖尿病により高血糖状態が続くと血液の入れ物である血管がゆっくりと壊されてしまいます。人体には太い血管や細い血管が全身に張り巡らされておりますが、脳や心臓等にある太い血管が詰まってしまうと脳梗塞や心筋梗塞が発症します。ただし、太い血管は糖尿病のみならず、高血圧、コレステロールやタバコ等も大きな影響を受けますので禁煙や糖尿病以外の生活習慣病の治療も重要となります。糖尿病特有の合併症は細い血管による合併症です。目の中の網膜から出血する「網膜症」、腎臓の機能が低下する「腎症」、両足の神経が壊れる「神経障害」があり、糖尿病の「三大合併症」と呼ばれています。



糖尿病の合併症について詳しく教えてください。

脳梗塞や心筋梗塞は血管が詰まる時まで症状が出現しない事もあり、糖尿病の三大合併症も末期になるまで症状が出ない場合が多いです。三大合併症について細かく説明しますと、糖尿病網膜症により失明してしまう場合は、網膜から出血をして視界が塞がる直前まで日常生活に支障がない事も多くあります。糖尿病腎症によって腎臓の機能が低下してしまったとしても、透析が必要な状態が近づいても症状が軽度である場合があります。糖尿病神経障害は最後まで達してしまうと足が腐ってしまい、切り落とす必要がありますが、感覚が失われているため、痛みを感じない人もいます。つまり、糖尿病の合併症は自覚症状がないまま進行していきます。



糖尿病の合併症を防ぐために気を付けることはありますか？

糖尿病になったからといってすぐ合併症が出現するわけではありません。糖尿病と診断されてから失明するまで個人差はありますが、20年近くかかると言われています。また、糖尿病の治療が順調であり、HbA1c7%未満を維持できている人たちは合併症が進む事は殆どありません。しかし、逆に糖尿病が悪い状態で放置されれば確実に合併症は進行します。糖尿病の合併症を防ぐためには糖尿病について正しい知識を身につけ、治療の意識を高め、食事療法と運動療法をしっかり行う事が大切です。

★運動療法



★食事療法

当院では第三週の土曜日に定期的に糖尿病教室を開催しておりますので、是非そちらで糖尿病について勉強してください。

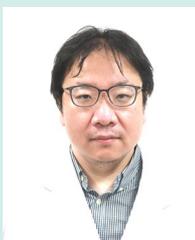


PLAZA IMSをご覧の皆さまへ メッセージをお願いします

糖尿病は不摂生な人だけがかかる病気ではありません。日本人は糖尿病にかかりやすいため、遺伝的な素因があるとちょっとした生活習慣の乱れで発症してしまう事もあります。そのため、毎年健康診断を欠かさず受ける事が重要です。例えば糖尿病になったとしても早い段階からしっかりと治療をすれば合併症は確実に予防できます。

また、糖尿病になった事に負い目を感じる必要はありません。正しい知識を持って適切に治療しましょう。

毎年健康診断を
受けましょう！



真山 大輔 (さのやま だいすけ) 糖尿病・内分泌代謝内科 部長

東京慈恵会医科大学附属病院での初期研修を修了後、同大学の糖尿病・代謝内分泌内科に入局。その後、日本医科大学で糖尿病患者の体重変化について研究を行い博士号取得。聖路加国際病院での勤務を経て2019年4月に新松戸中央総合病院 糖尿病・内分泌代謝内科を開設。

糖尿病教室

対象

当院入院・外来受診患者さんとそのご家族様
※事前予約制

日時

10:00～12:00（受付開始9:40）

«2023年度予定»

7月15日(土)、8月19日(土)、10月21日(土)、11月18日(土)、12月16日(土)、1月20日(土)、2月17日(土)

場所

当院 2号館地下1階 講堂

負担金

80円～240円

※糖尿病教室は保険診療として認められていますので、一部負担金が発生いたします。会場での有人受付となります。診察券は通さず、直接会場へお越しください。

予約方法

総合受付、栄養指導時、診察時にお申込みください。

詳しくはホームページをご覧ください↓



運動療法教室

糖尿病専門インストラクターが運動療法について指導いたします。

対象

糖尿病が気になる方、運動療法に興味がある方
※患者さん以外の参加も可能
※事前予約制

日時

毎週水曜日 15:30～16:30

場所

当院1号館8階

参加費

500円 / 回

予約方法

☎ 047-345-1111(代) 担当：医事課

★当日は運動ができる服装でお越しください



ダビンチ手術 100 症例到達！

2023年3月10日に手術支援ロボット（daVinci Xi）の泌尿器科症例数が累計100例に到達し、daVinci製造元のインテュイティブサージカル社より記念の盾が贈られました。



ホームページ・各種SNSより情報発信中



病院
ホームページ



LINE公式
アカウント



Facebook



YouTube
公式アカウント

▲上記QRコードからアクセス▲

病院受診、入院・介護施設選びに困ったら イムス総合サービスセンター(GSセンター)へ

好評配信中
疾患別セルフチェック

健康セルフチェック



0800-800-1632

※「050」からはじまるIP電話および国際電話からはご利用いただけません。
受付時間 / 平日 8:30～17:30 土曜日 8:30～12:30(日祝・年末年始休み)

gscenter@ims.gr.jp

◎右のQRコードをご利用いただくに便利です。
◎24時間365日受付。2営業日以内にご返信します。



イムス総合サービスセンター
http://www.ims.gr.jp/gscenter/

受付時間

午前 7:30～ 午後 12:00～

※受付終了時間は診療科によって異なります。

詳細については外来診療担当医表をご確認ください。

診療開始時間

午前 9:00～ 午後 14:00～

交通アクセス

JR常磐線/武蔵野線 新松戸駅より 徒歩3分

流鉄流山線 幸谷駅より 徒歩3分

駐車場あり

診療科目

内科 腎臓高血圧内科 循環器内科 糖尿病・内分泌代謝内科 神経内科

感染症内科 血液内科 泌尿器科 呼吸器内科 消化器・肝臓内科 外科

大腸肛門外科 心臓血管外科 呼吸器外科 整形外科 形成外科

脳神経外科 精神科 リウマチ科 小児科 小児外科 皮膚科 眼科

耳鼻咽喉科 放射線科 病理診断科 救急科 麻酔科 リハビリテーション科

専門センター

消化器病センター 心臓血管センター 血液浄化センター 呼吸器病センター



IMS(イムス)グループ医療法人財団明理会

新松戸中央総合病院

〒270-0034 千葉県松戸市新松戸1-380

☎047-345-1111(代)