

糖尿病について知ろう

『どうして糖尿病になるの!?!』

私たちは食べ物から摂取したブドウ糖(血糖)をエネルギーに換えて活動をしています。

ブドウ糖をエネルギーに換えてくれる働きをするのが“インスリン”というホルモンです。インスリンは膵臓で作られ血液中のブドウ糖の量(血糖値)をコントロールしてくれています。

糖尿病は、このインスリンの分泌量の不足やインスリンの作用不足により、血糖が高くなる状態が慢性的に続くことで引き起こされます。

原因により2つのタイプに分類されます。

1型糖尿病

(インスリン依存型糖尿病)

【特徴】若い人に多い

- ・インスリンが分泌されないタイプ
- ・糖尿病全体の1~3%を占める

【原因】自己免疫、ウイルス感染



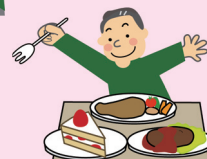
2型糖尿病

(インスリン非依存型糖尿病)

【特徴】40歳以上の成人に多い

- ・インスリンの分泌不足や働きが悪くなる
- ・肥満、運動不足、過食など生活習慣が大きく関与
- ・糖尿病全体の95%を占める

【原因】遺伝素因(体質、家族歴)、食べすぎ、加齢、ストレスなど



『糖尿病の診断基準について』

これまでの数値からおよそ0.4%高くなっています。

これまで(JDS 値)
例えば HbA1c 6.1%



2012年4月より NGSP 値へ
+0.4%で HbA1c 6.5%

HbA1cの表記が変わりました!



HbA1c 値(NGSP 値)が6.5%以上の場合、糖尿病型と判定し、糖尿病が強く疑われます。

『糖尿病の怖さとは?』

高血糖が続くと体内の血管に障害が起きます。

特に毛細血管が集まっている目の網膜、腎臓、神経が侵されます。また、太い血管におこる動脈硬化から狭心症・心筋梗塞・脳卒中になります。

【糖尿病の症状】

多尿、口渇、多飲、体重減少、全身倦怠感など

