

帰ってきた糖尿病劇場

町田市民病院 糖尿病・内分泌内科部長
医師 伊藤 聡

糖尿病患者とは膵臓から出るインスリンの作用が不足して血糖が上がる病気で、適切に治療しないと全身に動脈硬化による合併症がおこります。さて、日本人の糖尿病患者は年々増えており、平成 28 年は糖尿病が強く疑われる人は 1000 万人になりました。年齢別では 65 歳以上の方の割合が 70%以上を占め、高齢の患者さんを意識した糖尿病治療が中心になっており、二つほどトピックをご紹介します。

1 簡単に体重が減る薬がでた。

高齢の患者さんで体重が多いと膝や腰に負担がかかり、痛みのため運動ができない方は多くおられます。するとさらに体重が増えて膝や腰の痛みが増すという悪循環でした。2014 年から使用されている SGLT2 阻害薬は血糖を下げる以外に体重を減らす効果があり、運動できない人でも体重が減ります。さらに血圧を下げる効果があり、心臓や腎臓にもいい効果があることがわかりました。最近では SGLT2 阻害薬のように少しの努力で血糖や体重に効果がある薬が増えており、以前より治療がやりやすくなっています。

2 糖尿病患者さんの寿命が延び、治療方法が変わってきた。

2001～2010 年の糖尿病患者さんの平均寿命は、男性 71.4 歳、女性 75.1 歳で 30 年前に比べ 10 年は延びていますが、糖尿病でない人に比べるとまだ短いです。糖尿病患者さんの死因で増えているのは感染症と癌です。感染症は肺炎や尿路感染のことですが、原因として認知症・嚥下機能低下・骨粗しょう症による骨折から寝たきりになることなどがあります。したがって認知症や骨粗しょう症にならないような糖尿病治療をしなければなりません。以前は HbA1c7%未満を目標に一律にがんばってきましたが、現在は血糖を下げようとして低血糖になることの危険性が指摘され、65 歳以上の方は HbA1c8%未満程度でよいとされています。癌については血糖をさげることが癌の予防になることは証明されていませんが、血糖を下げるような食事や運動、さらに禁煙などは癌予防になります。また癌検診を受けることが大切です。

町田市民病院では毎年 11 月 14 日の世界糖尿病デーにあわせて糖尿病イベントを行い啓蒙活動に努めております。スタッフ一同、来年のご参加をお待ちしています。