

2019年度 第4回市民公開講座

11月16日開催 **糖尿病の最新の話**

～糖尿病とともに生きる・糖尿病さようなら～



糖尿病・内分泌内科部長

医師 伊藤 聡

近年、糖尿病の治療の進歩により、糖尿病の合併症で亡くなる人は減り、癌や感染症（肺炎など）で亡くなる人が増えているといった傾向にあります。とはいえ、平成29年の国民健康栄養調査では、20歳以上の人のうち2,901万人の方が糖尿病と想定されており、さらに70歳以上の方の占める割合が多くなっていることが分かりました。

また、心不全という病気が世界的に注目されています。心不全は進行性の病気で、5年間の死亡率が50%という病気です。糖尿病の患者さんは血糖値が高いため心不全になりやすく、心不全にならないように治療することも大事だということがわかってきました。このように、糖尿病は様々な合併症を引き起こす危険性があるため、予防と改善が必要です。なお、これまで糖尿病薬で心不全を改善するものはなかった

のですが、一番新しい『SGLT2阻害薬』という薬が心不全を予防・改善することがわかり、多く使われるようになってきています。

糖尿病の治療は、血糖値が適正な範囲に入るようにコントロールすることが基本です。そのためには、薬物療法のほかに食事療法や運動療法といった自己管理も必要となります。患者さんが無理なく治療を続けられるように、我々医療者は、食事の方法をアドバイスしたり、運動を始めるきっかけづくりをしたりと、患者さんのQOL（生活の質）を高めながら、医学的根拠のはっきりした治療を提示します。患者さん自身も、血糖値の目標をはっきりさせることが必要です。

今のところ糖尿病を根治する治療法はありません。しかし、将来そのような治療ができる日まで、合併症を起こさずに治療していくことが大事です。