





増え続ける  
糖尿病

増え続ける  
糖尿病

久田直子

福家 睦

■ 糖尿病の可能性を  
否定できない人  
■ 糖尿病が強く疑われる人

国民健康・栄養調査結果







増え続ける糖尿病

日本人に

リスク

荒木栄一

専門は、糖尿病学  
特にインスリンの分泌や作用





# 糖尿病とは

**血糖**の

(血液中のブドウ糖)

濃度が  
慢性的に高い



血糖

食事



全身  
エネルギー源



環境因子

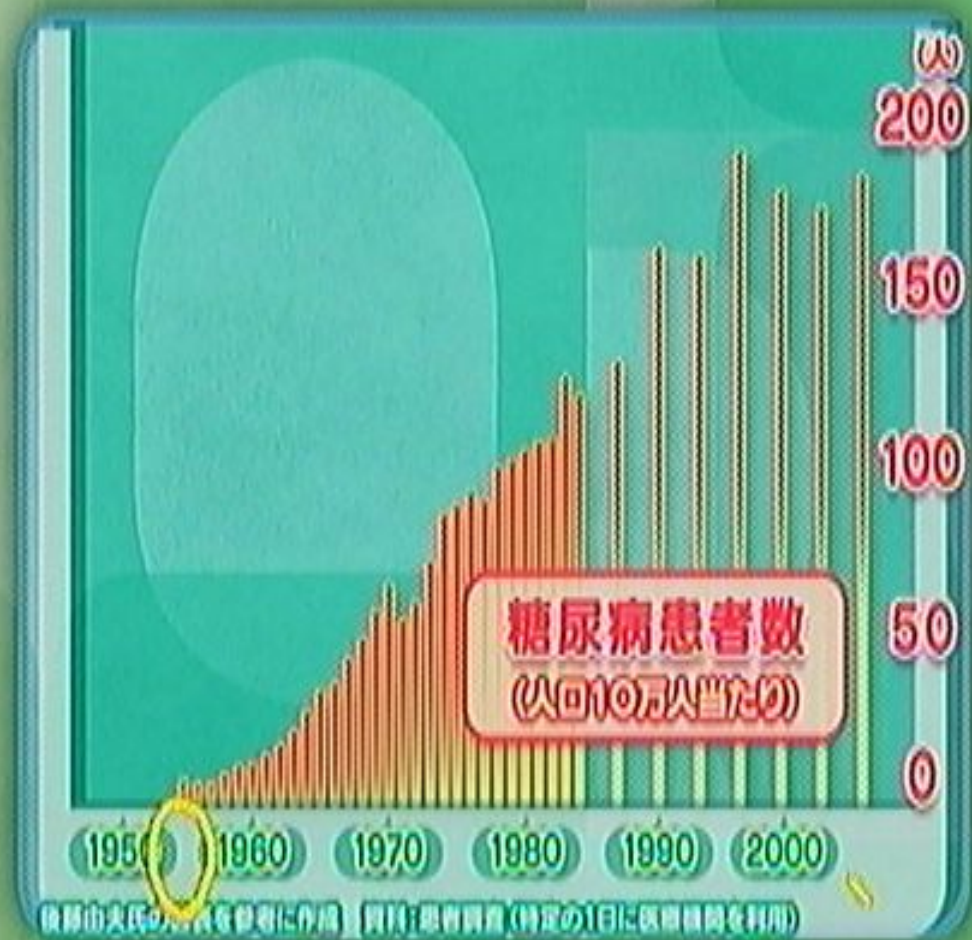
遺伝因子

生活様式の変化

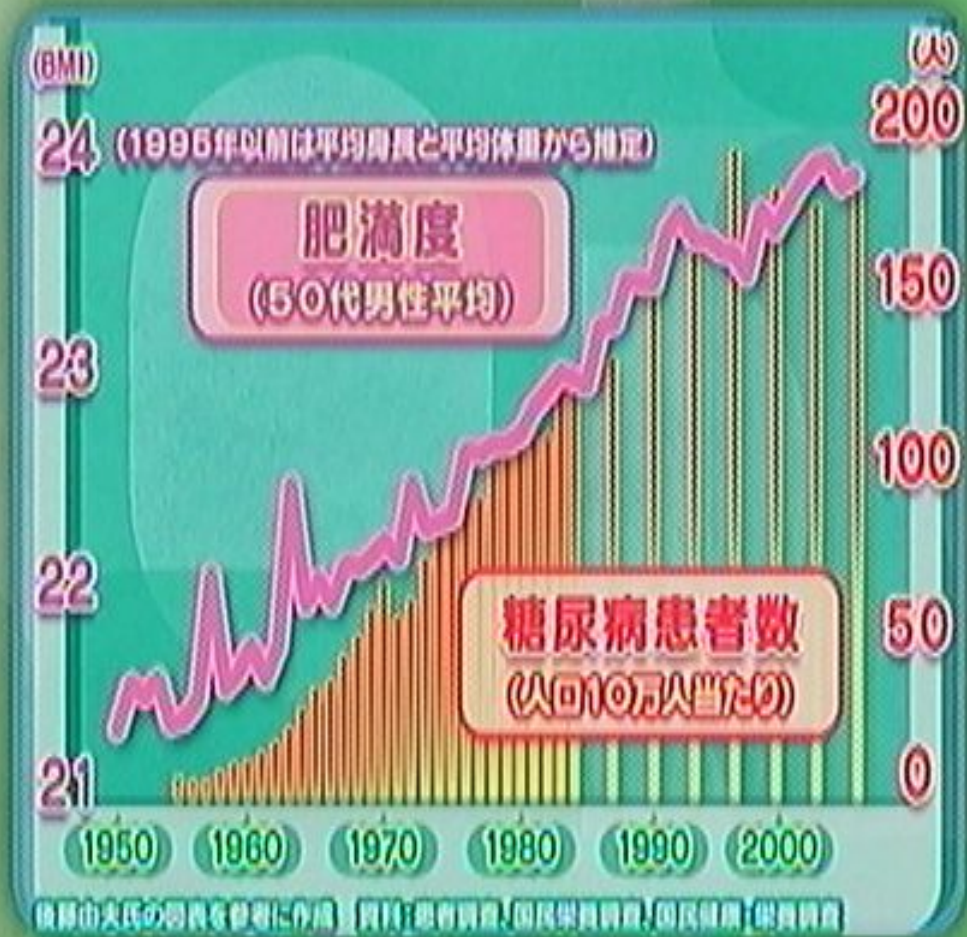
日本人の体質

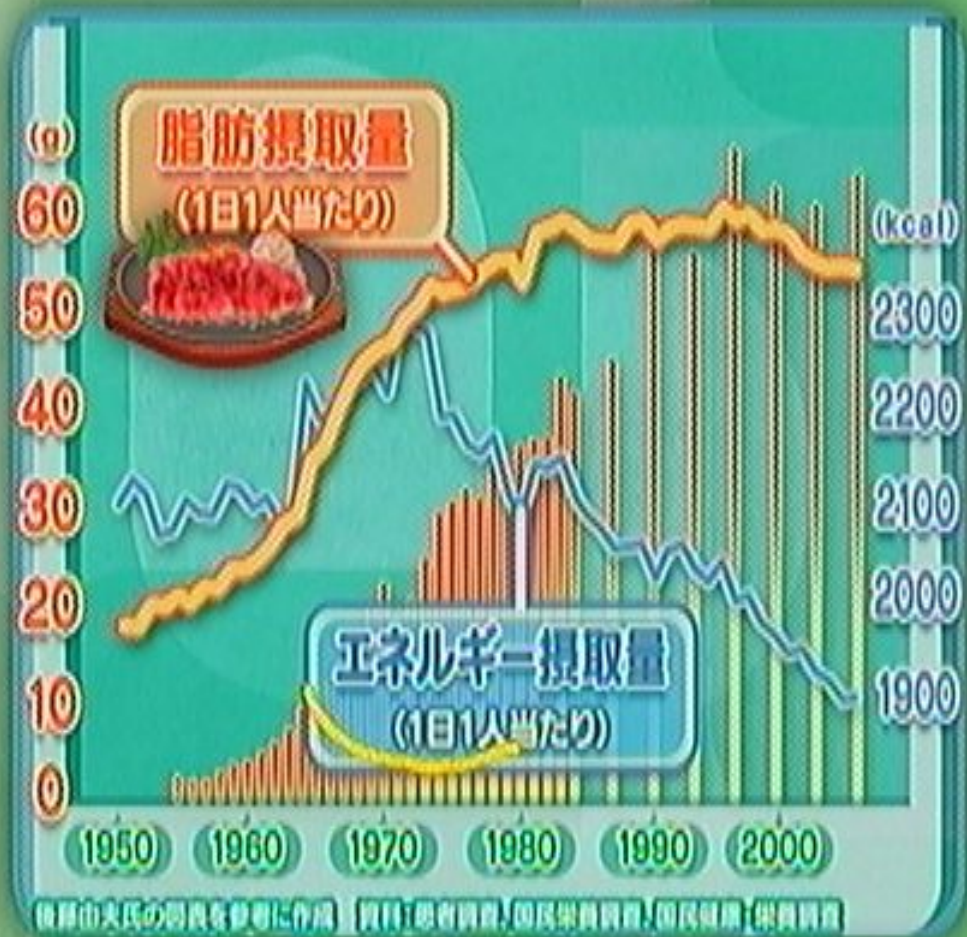
インスリン分泌・作用低下

糖尿病

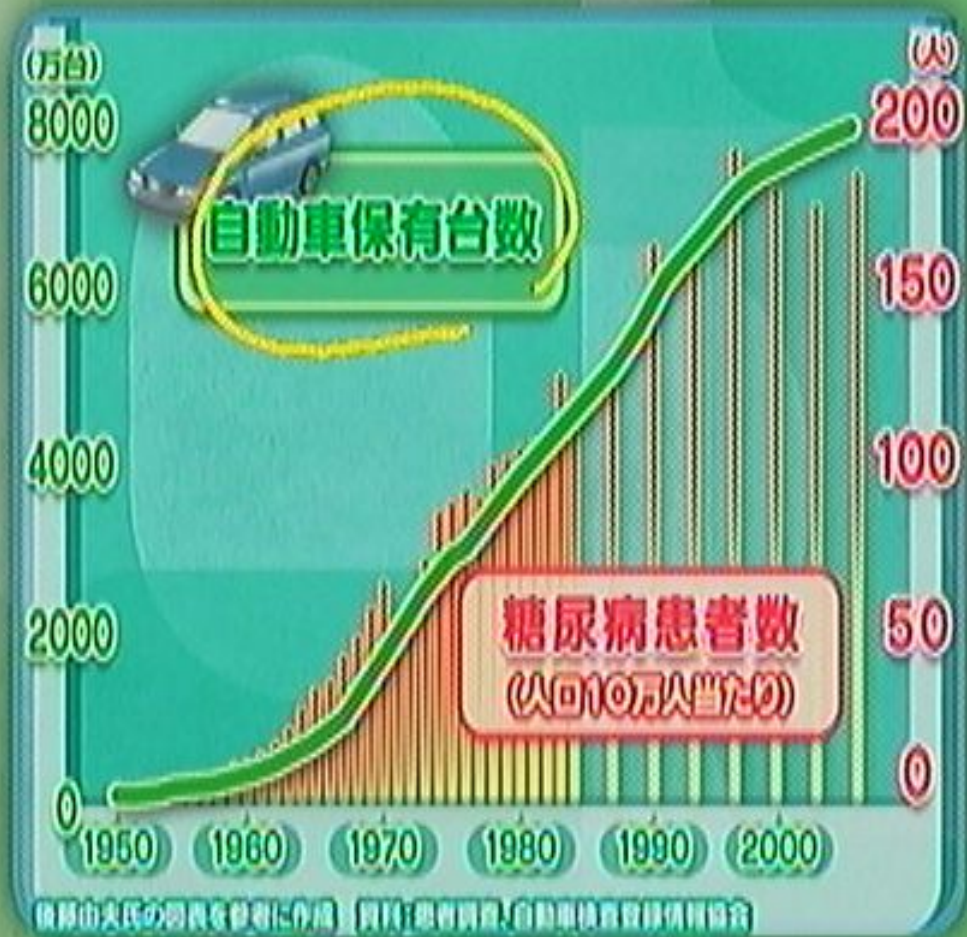












環境因子

遺伝因子

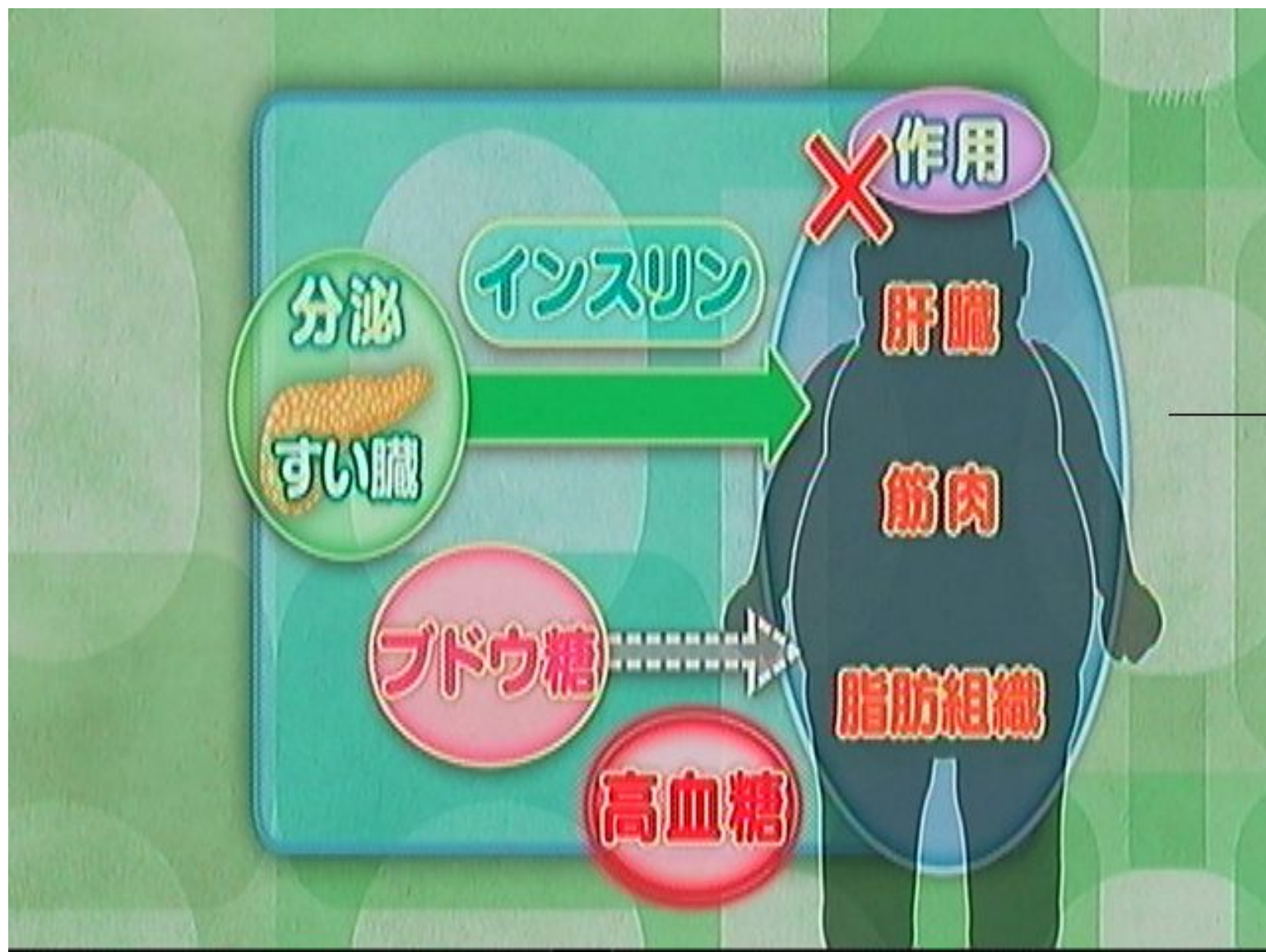
生活様式の変化

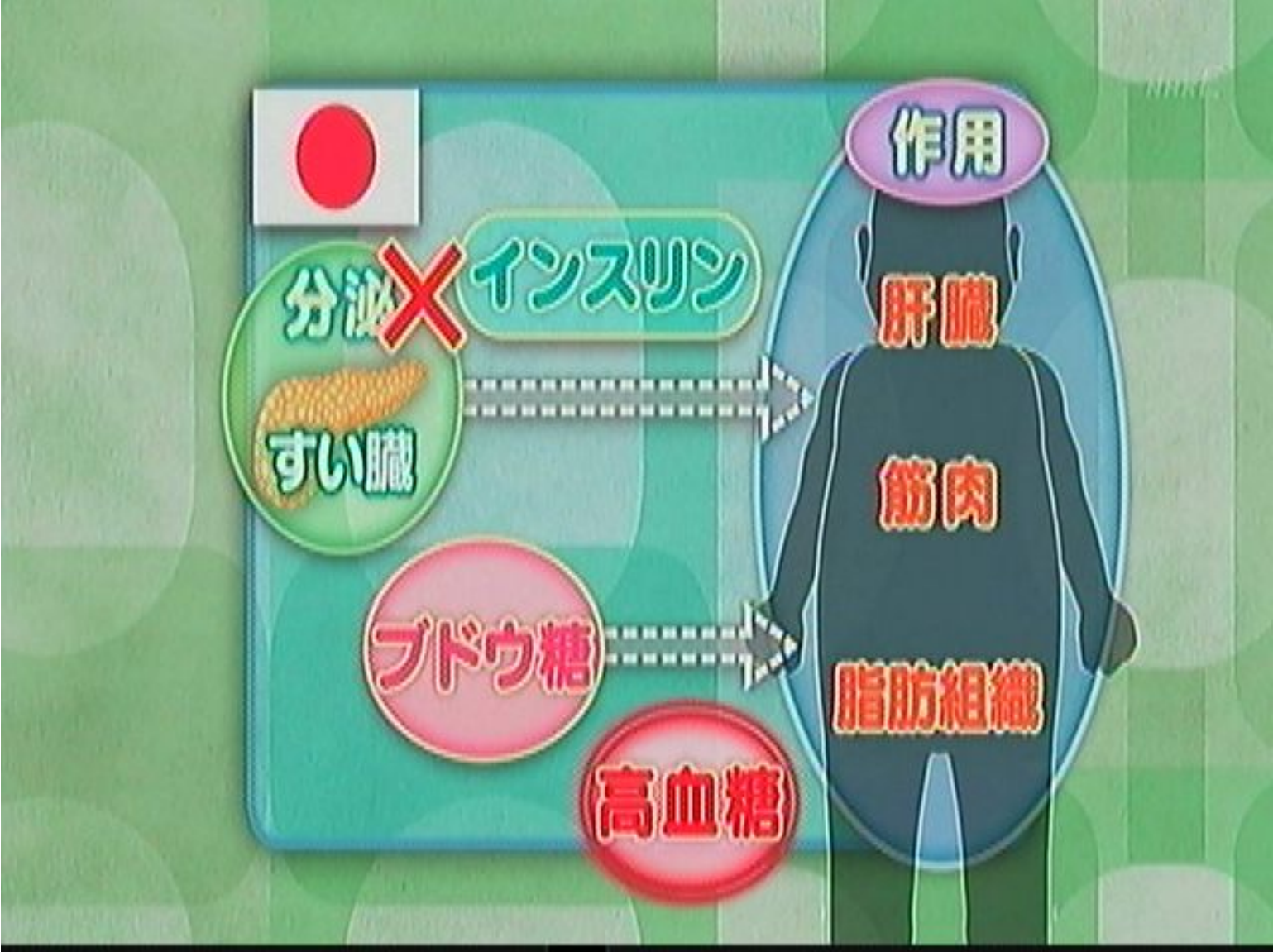
日本人の体質

インスリン分泌・作用低下

糖尿病

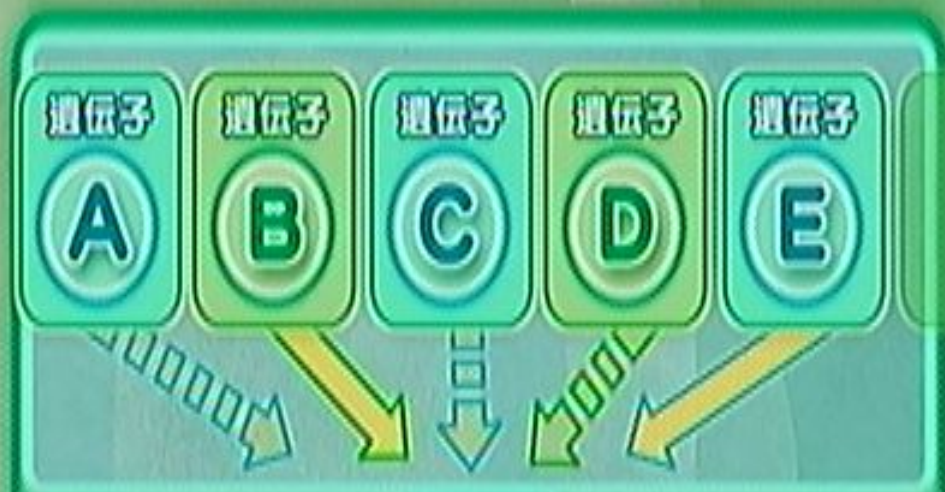








糖尿病



運動・食事などの生活改善

糖尿病

## 血糖値の検査

○ 空腹時の血糖値

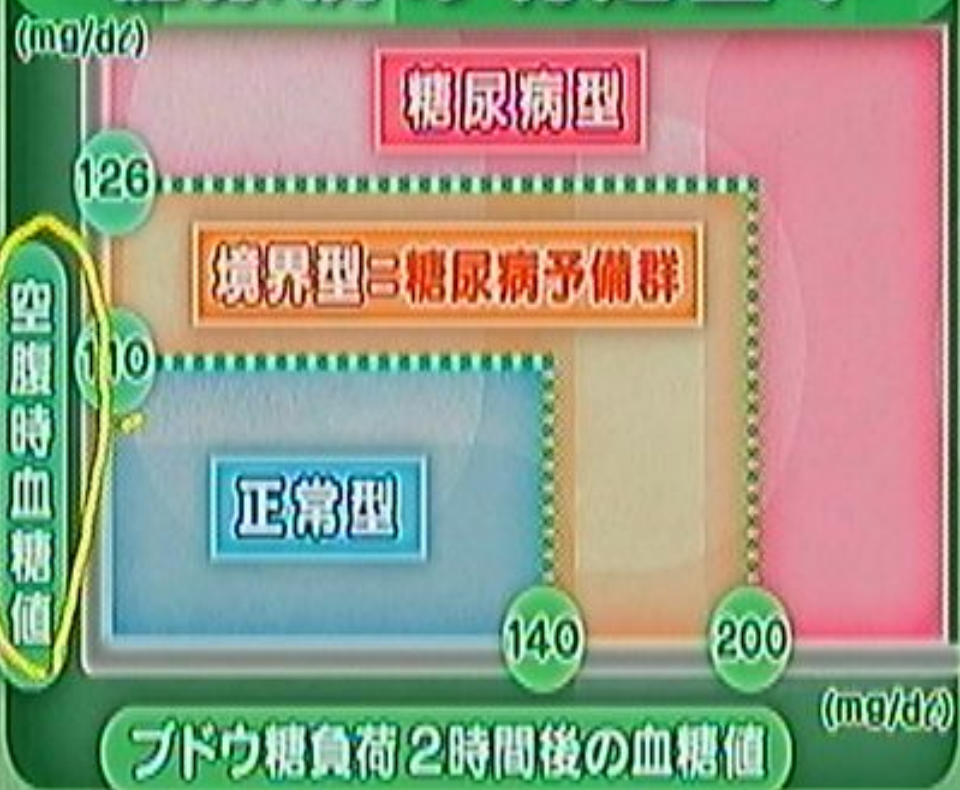
● ブドウ糖負荷  
2時間後の血糖値

≡ 食後の血糖値





# 糖尿病の判定基準







きょうの  
健康



終

制作・著作



増え続ける糖尿病

明日は・・・

しのびよる  
合併症

字幕放送

解説放送(副音声)

きょうの

健康



増え続ける  
糖尿病

# 糖尿病の合併症

脳こうそく

視力低下

立ちくらみ

心筋こうそく

発汗障害

腎不全

排尿障害

勃起障害  
ほっさ

便秘・下痢

こむら返り

しびれ

壊疽  
えそ







増え続け 病

しのび

熊本大学 教授

荒木栄一



# 糖尿病の合併症

太い血管

動脈硬化

心筋こうそく  
脳こうそく

細い血管

三大合併症

神経障害

えき  
瘡

網膜症

失明

腎症

腎不全

# 糖尿病神経障害

感覚神経・運動神経

しびれ

感覚低下

こむら返り

痛み

悪化 壊疽



自律神経

立ちくらみ

発汗障害

便秘・下痢

勃起障害

排尿障害

# 糖尿病網膜症

白斑

新生血管  
出血

点状出血

黄斑部



# 糖尿病網膜症

白斑

新生血管  
出血

点状出血

黄斑部



# 糖尿病網膜症

白斑

新生血管  
出血

点状出血

黄斑部



# 糖尿病網膜症

硝子体  
出血

網膜

視力低下

網膜剥離

失明





# 糖尿病網膜症



# 糖尿病腎症

腎症

微量アルブミン尿



たんぱく尿

むくみ

(自覚症状なし)

腎不全

尿毒症・貧血

人工透析



# 糖尿病腎症

腎症

微量アルブミン尿



たんぱく尿

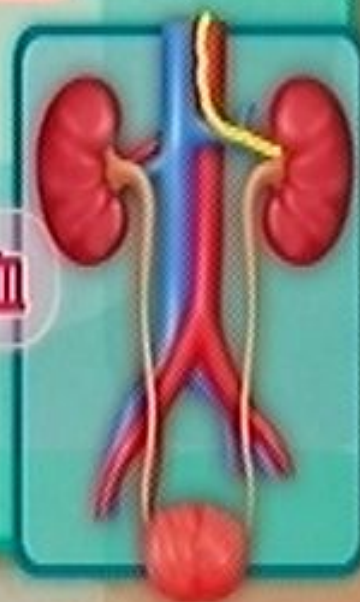
むくみ

(自覚症状なし)

腎不全

尿毒症・貧血

人工透析



内臓脂肪型肥満

高血糖

高血圧

脂質異常

メタボリックシンドローム

動脈硬化



## 糖尿病 合併症の検査

神経 ○ アキレス<sup>けん</sup>腱反射 ○ 振動覚

目 ○ 眼底

腎臓 ○ 微量アルブミン尿 ○ たんぱく尿  
○ 血中クレアチニン

動脈硬化 ○ 触診・聴診  
○ 心電図 ○ 頸動脈<sup>けい</sup>エコー



きょうの  
健康



終

制作・著作



増え続ける糖尿病

明日は・・・

効果的な治療とは



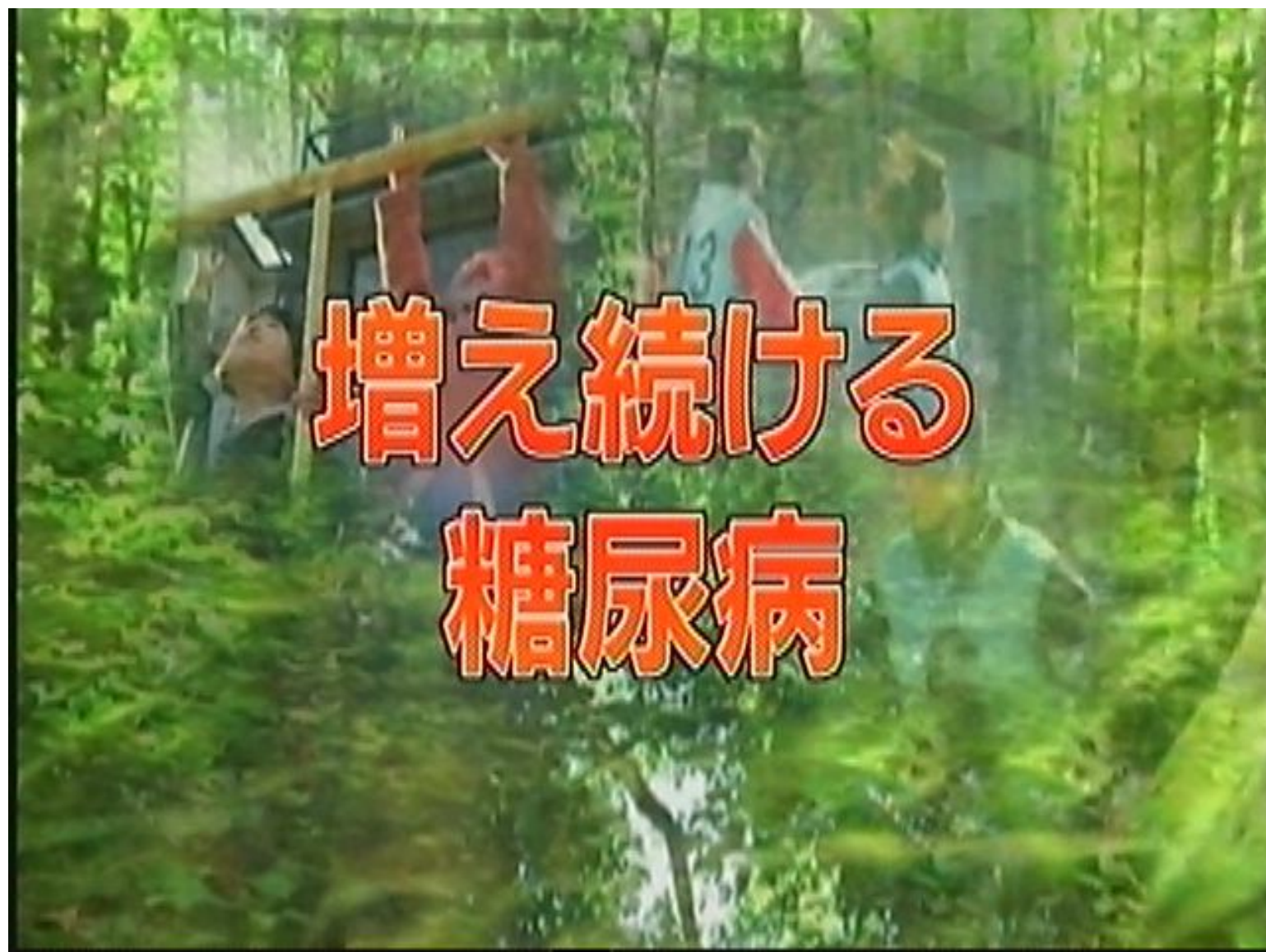
字幕放送

解説放送(副音声)

きょうの

健康





増え続ける  
糖尿病

久田直子

福家 睦

治療中

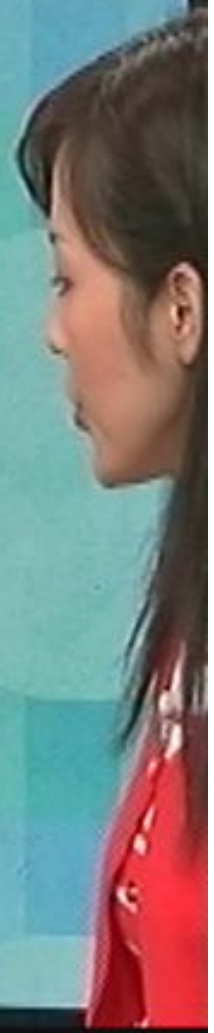
247万人

2005年 患者調査  
「糖尿病 総患者数」

糖尿病

820万人

2006年 国民健康・栄養調査概要  
「糖尿病が強く疑われる人」





増え続ける精

効果的  
治療

熊本大学 教授

荒木栄一



増え続ける糖尿病

効果的な  
治療とは



# 糖尿病の治療



食事療法

運動療法



+

薬物療法

経口薬

+

インスリン



## 糖尿病の食事療法

○適正なエネルギー量

○栄養バランスを良く

○食物繊維を多く

○甘いものをとり過ぎない

○1日3食規則正しく





# 糖尿病 注目の新薬

GLP-1類似薬

DPP-IV阻害薬

効果

インスリン分泌を助ける

特徴

- 食欲も抑える
- 低血糖が起こりにくい
- $\beta$ 細胞の機能回復?







# インスリン療法と網膜症の抑制

出典: 熊本スタディ







NHK E

きょうの  
健康



終

制作・著作



きょうの

健康



Q&A

増え続ける

糖尿病





Q&A

増え続ける

糖尿病

久田直子

# 糖尿病とは

NHK E

**血糖**①

(血液中のブドウ糖)

濃度が  
慢性的に高い



# 糖尿病の合併症

太い  
血管

動脈硬化

心筋こうそく  
脳こうそく

細い  
血管

三大合併症

神経障害

えそ  
壊疽

網膜症

失明

腎症

腎不全

# 糖尿病の治療



食事療法



運動療法

+

薬物療法

経口薬

+

インスリン









熊本大学 教授

荒木栄一



Q

HbA<sub>1c</sub>とグリコアルブミン値  
どちらが重要?



# 糖尿病の治療効果チェック

ヘモグロビン

## HbA1c

過去1~2か月の血糖の平均

目標

6.5%未満





合併症を防げる血糖値とは？

Q

リウマチの薬 血糖値に影響？



肥満ではないのに高血糖  
どう対処すればよい？



運動は夕食前でよい？



食事と運動で改善  
甘い物も食べたいが？



尿に微量のアルブミン  
心配はない？

# 糖尿病腎症

腎症

微量アルブミン尿

自覚症状なし

たんぱく尿

むくみ

腎不全

尿毒症・貧血

人工透析







両足にしびれや痛み  
よい治療法は？



Q  
インスリン注射をしているが  
血糖値が上下 心配はない？

