

## 糖尿病は万病のもと～その治療と予防について～

いしい内科・糖尿病クリニック

院長 石井 啓太

人の血糖値は、およそ 70～140mg/dl の範囲となるようにインスリンというホルモンによって調整されています。食事により体内に糖質（ブドウ糖）は吸収され、血液中に移行しますが、直ちにインスリンがすい臓から分泌され、血液中のブドウ糖を筋肉細胞や肝臓に取り込みます。このようにして食事から取り込まれるブドウ糖は、血糖値を上昇させることなく筋肉や肝臓の細胞に取り込まれます。

糖尿病ではこのインスリンの作用が不十分なため、肝臓や筋肉に糖を取り込むことができず、血糖が上昇します。糖尿病とは慢性的に血糖が上昇し、このため合併症を生じる病気です。

糖尿病は原因により大きく2つに分けられます。すい臓のインスリンを作り出すβ（ベータ）細胞が自己免疫機序により壊されインスリン分泌がほぼ消失する1型糖尿病、遺伝と生活習慣（過食と運動不足）を基盤としてインスリン抵抗性が生じてインスリン分泌は保たれているのにインスリン作用不足となる2型糖尿病です。

糖尿病の合併症には新規人工透析導入原因の第一位である腎症、失明の原因第二位の網膜症、年間3000～4000人が下肢切断に至る神経障害、非糖尿病者の3～4倍に達する心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化疾患があります。

糖尿病の症状は多尿・口渇・多飲・全身倦怠・体重減少ですが、ほとんどの患者でこれらの症状が出現することはありません。症状が出ないけれど高血糖が続くと合併症が出現します。気づかないままに合併症が進行し、気づいた時には手の施しようがないという事例が生じるため、糖尿病はサイレントキラーとも呼ばれています。

糖尿病から自らの身を守るには検診を定期的にうけ、初期の段階で適切に対応することが必要です。尿糖・血糖・HbA1c検査を受けることは、糖尿病から自らの身を守る第一歩です。

## プロフィール

石井 啓太 (いしい けいた)

1985 年金沢大学医学部卒業、岡山大学病院・鳥取市立病院で初期研修。

1988 年岡山大学医学部第 3 内科（糖尿病内科）に勤務。

1995 年中国中央病院内科勤務。2006 年内科部長（糖尿病腎臓病内科部長）2016 年医務局長。この間、透析室長・栄養管理室長・臨床研究治験管理室長・基幹型臨床研修プログラム責任者を兼任。

2017 年いしい内科・糖尿病クリニック開院。

学会活動：日本内科学会：認定医・中国支部評議員

日本糖尿病学会：専門医・全国学術評議員