



『糖尿』



中高年の4~5人に1人が糖尿病の患者か“予備軍”

糖尿病は慢性的、つまり長い間にわたって血液中のブドウ糖(グルコース)の濃度(血糖値)が高い状態(高血糖状態)が続く病気で、「尿に糖が出る病気」と言われていますが、体内の糖が失われるのではなく、血糖値が高すぎて尿にまで糖がたくさん出てしまうことが問題。放っておくと、さまざまな臓器に合併症がおこる危険性が高くなります。《余談…糖尿病は英語で、Diabetes Mellitusと言ひ、ギリシャ語が語源になっており、Diabetesは「尿が常に出る」、Mellitusは「蜜のように甘い」という意味で、『蜜のように甘い尿が常に出る』という意味になるそうです。》

ブドウ糖は人にとって最も大切なエネルギーのひとつで、果物などそのものの形で含まれたり、いくつか結びついて、米やパンなどに含まれるデンプン、砂糖などを作る。デンプンや砂糖は、小腸でブドウ糖に分解・吸収され血液の中に入り、筋肉や脳でエネルギーとして使われる。エネルギーとして使われず余ったブドウ糖は、脂肪組織で脂肪として、また肝臓でグリコーゲンとして蓄えられる。エネルギーが必要な時には、グリコーゲンや脂肪からブドウ糖が作られ利用される。

自己免疫により膵臓のβ細胞が破壊され、インスリンを作るランゲルハンス島が働かずインスリンが作られなくなっている。

複数の遺伝因子に過食、運動不足などで筋肉や肝臓でインスリンが十分に働かない。

糖尿病

1型

不全
インスリン分泌



全体の
数%

小児～思春期に発症することが多い。中高年でもまれにある。肥満とは関係がない

2型

全体の
95%



の低下
インスリンの
分泌または、
作用

40歳以上に多いが、近年、若年での発症が増加。肥満または、肥満の既往が多い

糖尿病の原因

生活習慣が深くかかわっています

遺伝要因

環境要因

糖尿病になりやすい

食べ過ぎ・運動不足

糖尿病の主な発症原因

