



ドクター健康手帳

川田クリニック
川田 敏夫さん

糖尿病の治療は中断することなく、しっかりと



糖尿病は、インスリンが全く出ない1型と少しは出る2型（大部分の糖尿病）に分類されます。今回は2型です。2型糖尿病は、高血圧症、脂質異常症などとともに生活習慣病を代表する疾患です。

高血圧やコレステロールのコントロールは、すでに良い薬があるので①必ずしも食事運動療法を要しません②一度その人に合ったお薬が決まるとほとんど長期間変更が要りません。一方血糖値の場合は個人差も大きいのですが、より難しいといえます。罹病期間（発症してから年月）に比例してコントロールが難しくなり、治療時間とともにお薬の調整が必要になってきます。血糖コントロールするインスリンを分泌する膵臓の働きが低下してしまうためと考えられています。糖尿病はゆっくり進行していく病気ともいえます。

高血糖状態が続くと発症から約4年、8年、15年の順に神経障害や網膜症、腎症が現れます。合併症は一度発症すると元の状態に戻すのは困難です。血液検査HbA1c（過去1～2カ月の血糖平均値）を7%未満に維持できれば、合併症を防げます。しかし過去に高血糖状態がどれくらいあると合併症が発症するかは、まだ詳細不明です。ですから早期診断と早期の治療開始が必要ですし、一刻たりとも治療の中断は危険です。

血糖コントロールの基本は食事運動療法で、体重1～2kgの減量でも血糖値の改善がみられます。けれど大抵は薬物療法も必要です。今年登場したSGLT2阻害薬は、体重を減らして血糖値も下げる画期的な経口血糖降下薬です。大きな期待が寄せられていますが、この新薬でさえ食事運動療法の必要なことが分かってきました。いつかは必ず食事運動療法の要らない新薬を使える日が来ることを私は信じています。それまでは食事運動療法と薬物療法をうまく組み合わせて中断することなく治療していきましょう。



まちかど茶論

テーマ

宝くじで1等が当たったら…

マイホーム

妻と二人のアパート暮らしなので、いつでも会話しやすい平屋の家を建てたいです。妻の趣味であるガーデニングを広い庭で楽しませてあげられるし、外出が好きな愛猫も喜ぶはず。私は読み書きが趣味なのでじっくり考えられる書斎があれば幸せです。

50代 岩瀬川町 男性

友達同士で住む老人マンション

近頃友人たちの中で連れ合いに先立たれ、一人暮らしをする人が増えてきました。そんな老後の不安を払いのけるように、景色の良い所に老人用の快適なマンションを建てたいです。同じような境遇の人たちと楽しくおしゃべりをしたり、

常夏のハワイに別荘

趣味に励んだりして過ごします。看護師さんに常駐してもらえば安心ですね。

60代 世良田町 女性

世界一周の船旅

夫と一緒にデッキ付きの最高級のスイートルームで、のんびり船旅を楽しみます。東南アジアや地中海、ヨーロッパ、アフリカの喜望峰を回って南アメリカ、カリ

60代 新田木崎町 男性

庭にテニスコート

最近、錦織選手の影響でテニスコートが混んで思うように練習できません。わが家の庭にコートがあれば自由に思う存分楽しめます。雨天用の設備もあるといいな。テニスの後にひと泳ぎできるプールもあれば最高です。

50代 石原町 女性

カンボジアに学校を

夏にカンボジアに行ったとき、お土産売りの子どもが寄ってきました。聞けば

30代 新井町 男性

学校はあまりなくて交代制だとか。きらきら光る目をして片言の外国語で売ろうとする彼らのエネルギーを見て、勉強の機会を与えられれば素晴らしい能力を発揮するだろうと思いました。彼らのために学校を建てたいです。

20代 高林東町 女性

「まちかど茶論」では、皆さんからのご意見を募集しています

次回のテーマ「私の寒さ対策」

ご意見を150字以内にまとめ、住所、氏名（紙上では匿名とします）、年齢、電話番号を明記して下記までお送りください（1月4日（日）締め切り）。
※ご意見、内容は割愛する場合があります。



QRコードからも応募できます（一部非対応の場合あり）

送付先 〒373-8718 住所不要 広報課
FAX 0276-47-1866 otainf@mx.city.ota.gunma.jp