

お薬のしおり

糖尿病の合併症 No.135 (H25.5)

東京医科大学病院 薬剤部

生活習慣病の1つとして有名な糖尿病ですが、「平成19年国民健康・栄養調査」の結果によると、糖尿病が強く疑われる人は約890万人、糖尿病の可能性を否定できない人は約1,320万人で、両者を合わせると約2,210万人にもものぼっています。平成9年の調査では約1,370万人であり、この10年間で約800万人増加したことになります。これは、日本人の食生活の変化や運動不足などの生活習慣の変化が要因の1つと考えられます。この状況を受け、平成20年に日本糖尿病学会では、「東京宣言2008」として、糖尿病は予防や治療をすることができること、またその基本が健康的な食生活と適度な運動であることを宣言しました。さらに今回、平成25年5月の日本糖尿病学会では、「熊本宣言2013」として、糖尿病の合併症^{がっぺいしょう}を予防するために、多くの糖尿病患者さんにおける血糖管理目標値をHbA1c^(※)7%未満とし、より良い血糖管理を行うことが宣言されました。

< (※) HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)；過去1~2ヶ月間の血糖値の平均を反映する検査データで、血液中の赤血球に含まれるタンパク質の一種で、体内に酸素を運ぶヘモグロビンにブドウ糖が結合したものです。現在の血糖値と共に血糖コントロールの状態を知ることができます。>

では、糖尿病の合併症とはどのようなものがあるのでしょうか？今回は、糖尿病の合併症についてご紹介したいと思います。糖尿病の合併症として特に有名なのは、網膜症^{もうまくしょう}、腎症^{じんしょう}、神経障害^{しんけいしょうがい}の3つが挙げられます。

- ① **網膜症**；血糖値が高いことで、眼の網膜（眼球の後ろにある光を感じる部分）に栄養を送っている細い血管の流れが悪くなったり詰まったりすることで、出血が起こったり、血管からしみ出たタンパク質や脂肪^{しぼう}が網膜^{ちんちやく}に沈着したりします。糖尿病網膜症は成人の失明原因^{しつめい}の第1位ですが、最初のうちは視力^{えいきょう}に影響がないため、気づかないうちに症状が進んでいることがあります。糖尿病と診断された時、そしてその後も、必ず定期的に眼科で検診^{がんでいけんさ}を受け、眼底検査を行うことが重要で



す。

②腎症；血糖値が高い状態が続くことで、血液中の老廃物^{ろうはいぶつ}を尿として体の外に出す働きを持つ腎臓^{じんぞう}の細い血管^{しきゅうたい}（糸球体）の流れが悪くなり、腎臓の機能が落ちます。症状を感じることはほとんどなく、初めのうちは尿にタンパクが時々出る程度ですが、そのまま放っておくと常にタンパク尿となり、やがて腎臓がほとんど働かなくなる腎不全^{じんふぜん}となって人工透析が必要となることもあります。

③神経障害；血糖値が上昇するとソルビトールという物質が神経細胞に蓄積され、神経線維^{せんい}に異常^{いじょう}が生じて感覚^{かんかく}が鈍^{にぶ}くなったり、麻痺^{まひ}が起こったりすると言われています。また、血糖値が高い状態が続くことで毛細血管^{もうさいけい}の血流が悪くなり、神経細胞に必要な酸素^{さんそ}や栄養が不足するために起こるとも言われています。症状は、安静時^{あんせいじ}によく足がつる、皮膚の表面に虫がはっているように感じる、手や足先がほてったり冷たく感じたりするなどが挙げられます。また、手足の先に「ひりひり」、「じんじん」、「チクチク」という痛みやしびれを感じる場合もあります。この神経障害は自覚症状^{じかく}のない人も含めると糖尿病患者の30～40%にみられる頻度の高い合併症^{けいびん}と言われています。神経障害の治療としては、原因療法^{だいしやう}と対症療法^{たいしやう}があり、原因療法は神経障害の原因であるソルビトールの生成を抑える薬（キネダックなど）が使用されます。また、対症療法としては症状に応じて、痛みを和らげる薬（サインバルタやリリカなど）や抗うつ薬、抗てんかん薬、ビタミン剤などを使用する場合もあります。

他の合併症^{どうみゃくこうか}について；糖尿病は、動脈硬化^{しんきんこうそく}を進め、心筋梗塞^{のう}や脳梗塞などを引き起こす可能性もあります。糖尿病以外にも、高血圧^{しじつじやうしやう}や脂質異常症、肥満^{ひまん}、喫煙^{きつえん}などの動脈硬化を進める要因がある場合にはさらに注意が必要です。また、糖尿病の患者さんでは、寝つけない、夜中に目が覚めてその後眠れないなどといった不眠^{ふみん}の症状がある場合があります。不眠自体が血糖値のコントロールへ悪影響^{あくえいぎやう}を与えることがあるため、不眠の症状が続く場合には早めに主治医へ相談するようにしましょう。

糖尿病の治療は食事、運動、薬物療法の3つを基本とし、血糖値のコントロールと共に体重、血圧、コレステロール、中性脂肪などの値にも注意をしていくことが重要です。糖尿病による合併症を早い段階から予防するために、血糖値のこまめな確認や定期的な検査は忘れずに受けるようにしましょう。