

## ドクターNAKAMURAの 健康道場



### Vol.15 糖尿病はなぜ 恐ろしいか

時空間をさかのぼり26歳の自分と向き合っている私はメタボな42歳、主人公の御手洗透78kgである。

ダオニールという薬を飲み始めた頃は初めこそ血糖値が良くなったが、とにかく食べたくて仕方ない。食べるから太ってしまう。太っても血糖が高くても身体は何ともない。この間の血糖値は425だった。でも、身体は痛くも痒くもない。疑問で仕方がないのだが何で血糖を下げる必要があるんだろう？症状もたいしたことないのに。そもそも糖尿病って何よ。尿に糖が混じる病気なの？で、それがどうしたの？？尿に糖が混じって何が悪いの？？

私は不可解な疑問を抱えたまま教育入院を受ける羽目になった。恐る恐る入院して初めて分かったが、糖尿病は必ずしもブーヤンがなる病気ではないようだ。周りには百貫デブもいれば、マッチ棒みたいな奴もい

る。デブから急に痩せてきた奴もいた。2か月で10kgも痩せたそう。うらやましい。ダイエットしなくても痩せられるんだ。え～！糖尿病が進行すると痩せるの？

私が26歳、1997年の頃の日本人の中には糖尿病が強く疑われる人が690万人いるらしい。(健康道場で座禅を組む少し前2011年には890万人に増えてしまうのだが…しかも治療を受けたことがない人がその4割もいる。)血糖をコントロールしないと糖が血管を虫食い年月をかけて動脈硬化を作っていく。この動脈硬化は1/4mm程度の細い動脈から数cmに及ぶ大動脈まですべからずおきてくる。動脈硬化は血管の中に張り出し血流障害を起こす。次に膨れ上がった動脈硬化が破裂し一部がその先の血管を詰めてしまう。動脈壁を脆くし動脈瘤の原因になることもある。これらの結果として網膜症(失明)、腎不全(透析)、壊死(手足が腐る状態)、心筋梗塞、脳梗塞、大動脈瘤などをおこし日常生活が制限されていく。これらの病気にならないために血糖をコントロールすることが如何に大切かを教育入院をしてみても初めて分かった。

そよかぜ 循環器内科・糖尿病内科  
(県立中央病院 前)

院長 中村 陽一