

おもな合併症

糖尿病を放置したり治療が遅れると、高血糖が原因で血管がもろくボロボロになってしまい、さまざまな合併症が起こりやすくなります。糖尿病の本当の怖さはこの合併症にあります。

◆糖尿病特有の3大合併症

インスリンが本来の働きを失う事で血液中にあふれ出たブドウ糖は、脂肪やたんぱく質の代謝に悪影響を及ぼします。さらに全身の臓器や組織の働きが妨げられ、毛細血管という細い血管が詰まりやすくなったり、神経が傷つけられることにより、下記のような糖尿病特有の合併症が起こります。



◆糖尿病でリスクが高まる合併症

高血糖により血管が傷つくと、そこにコレステロールが溜まって血管の壁が厚くなります。これを『動脈硬化症』と言い、血管の弾力性が失われ血流が悪くなり、最終的には血管が詰まってしまいます。動脈硬化症は心筋梗塞や狭心症、脳梗塞や脳出血など命にかかわる病気を引き起こす原因にもなる怖い症状です。高血圧や高脂血症の方にも起こりますが、糖尿病の方はリスクが高まります。



治療の目的

糖尿病は一度発症してしまったら、症状が進行しないように血糖値を上手にコントロールして、一生うまく糖尿病と付き合っていくしかありません。そのためにはまず毎日の生活を見直し、合併症を発症する前に高血糖状態を改善することが重要です。

また、治療効果を上げるためには家族の協力や主治医・看護師・管理栄養士などの専門職と一緒に取り組むことも大切です。充実した毎日を送り健康寿命を延ばすためにも、自己管理を続けましょう。糖尿病治療の主役は『あなた自身』なのです。



◆参考:「糖尿病の人のためのおいしい食事(主婦の友社)」[「専門医が直す!糖尿病(高橋書店)」][2016/7/1作成]