

「糖尿病」を知ろう！

糖尿病と診断される方は年々増え続け、今では大きな健康問題となつています。

黒潮町では、特定健診受診者のうち、「糖尿」で有所見（経過観察・要精密検査・要医療）となつている方が全体の約7割を占めています。（平成22年度）

さらに、病院の受診件数も、高血圧・歯周疾患について糖尿病が多い状況です。（平成21年度）

糖尿病ってどんな病気？

膵臓から分泌されるインスリンというホルモンの働きが低下・不足し、血液中にブドウ糖が増えすぎてしまう病気です。その結果、栄養素が調子よく利用されなくなり、血糖値が高い状態が続きます。

しのびよる合併症

治療せずに血糖値が高い状態を放置していると、次のような合併症を起こすことがあります。

○糖尿病性網膜症

目の底にある網膜という部分の血管が障害を受け、視力が弱くなります。場合によっては、失明することもあります。

○糖尿病性腎症

腎臓の血管が障害を受け、徐々に尿が作れなくなつてしまい、老廃物が溜まつてしまいます。その結果、人工透析が必要となることがあります。

○糖尿病性神経障害

しびれ、痛み、立ちくらみ、壊疽などが起こることがあります。

その他にも狭心症や脳梗塞、心筋梗塞などを併発する可能性が高くなります。

糖尿病の検査

耐糖能（血液中の血糖を正常に戻す能力）を採血や採尿によって検査することができます。

☆黒潮町では特定健診で糖尿病の検査項目となる「ヘモグロビンA1C」「尿酸」を検査しています。

◎ヘモグロビンA1C

赤血球の中にあり、体内に酸素

を運ぶ働きをするヘモグロビンと、

血液中のブドウ糖が結合したものが「ヘモグロビンA1C」です。血液中にブドウ糖が増えると、ヘモグロビンと結合したヘモグロビンA1Cが増加します。

また、一度結合すると赤血球の寿命の約120日間はそのままなので、1〜3カ月の血糖状態の目安がわかります。

◎尿酸

糖尿病は血糖値が一定限度を超えると、腎臓を通して糖が尿にできます。この尿中の糖を測定するのが尿酸の検査です。

（尿に糖が出やすい体質の方や、食後に一時的に血糖値が上昇し、尿糖が出る場合があるため、それだけでは糖尿病と判断できない場合もあります。）

年に一度は健診を受けましょう！

糖尿病は、初期には自覚症状が出ないことが多く、症状が見られたときにはすでにかなり進行していることが多いです。そのため、健診を受けることが重要となります。

自覚症状がなくても、健診で「要精密検査」・「要医療」と判定された方は、必ず医療機関を受診してください。また、「受診して安心」で終わらず、生活習慣の振り返り・改善につなげましょう。

「要経過観察」の方も同様に、ご自身の生活習慣の振り返りをし、早期から糖尿病の予防に努めましょう。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課保健衛生係

☎ 43-2836（直通）

佐賀支所地域住民課保健センター

☎ 55-7373（直通）

