

## 糖尿病の治療は中断することなく、しっかりと

川田クリニック 院長  
川 田 敏 夫 先生

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、必ずしも食事運動療法を要しません？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（発症してからの年月）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 ヶ月の血糖平均値）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、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。