

## 健康一口メモ

仙台市医師会  
広報委員  
氏家 裕明

食の欧米化に伴うカロリーオーバー、移動手段の多様化による運動不足によって、糖尿病が増えています。国民の約2割が、糖尿病かその予備軍と言われています。初期の糖尿病の場合、ほとんど症状がありません。糖尿病が心配であれば、定期的な血液検査が必要ですよ。

糖尿病は、膵臓で作られるインスリンの問題で血糖のコントロールに異常をきたす病気で、1型と2型のふたつのタイプに分かれます。1型糖尿病は、膵臓がインスリンをほとんど、あるいは全く作ることができないタイプで、若年者で発症することが多いのが特徴です。一方、2型糖尿病は、膵臓はインスリンを作り出しますが、量が不十分であったり、十分作用しなかったりするタイプで、ほとんどの糖尿病患者さんがこのタイプです。今回は、この2型糖尿病を中心に話します。

一般的に、40歳以降で、過食、運動不足による肥満の方、家族に糖尿病の人がいる方で多い傾向があります。糖尿病は、初期の場合ほとんど症状がありませんので、早期に発見するには、健康診断や人間ドックを受けることが大事です。しかし、この機会を逃してしま

### 糖尿病大丈夫ですか？

糖尿病が進行してしまうと、口渇、多飲多尿、手足の感覚異常、体重減少などの症状が出現します。そうなったら一刻も早く医療機関を受診してください。

ご存じだと思いますが、糖尿病で一番怖いのは合併症です。糖尿病性網膜症、糖尿病性腎症、糖尿病性神経障害が3大合併症です。大したことない糖尿病だからと長年放置していると合併症が発症しますので、甘く見ることは危険です。また、心筋梗塞、脳卒中発症リスクに大きく関係する動脈硬化を進行させますので、きちんと血糖をコントロールすることが極めて重要です。

糖尿病の治療法には、飲み薬とインスリンなどの注射があります。飲み薬では、最近SGLT2阻害薬という新しい作用機序の薬も登場し、治療の選択肢も増えていますので、積極的に治療に取り組んでください。きちんとコントロールできれば健康な人と同じですから。

〔氏家クリニック／若林区一本杉町〕



### 給与計算事務で困っていませんか？

ベテラン社員に任せきりではありませんか？

パソコンソフトの操作はできますか？

給与振込手続が二度手間になっていませんか？

### 給与計算事務の代行承ります



**七十七コンピューターサービス株式会社**

〒981-3206 仙台市泉区明通二丁目10番1(七十七銀行泉センター内)  
TEL (022)377-8852 FAX (022)377-8631  
ホームページアドレス <http://www.77cs.co.jp>



11820476(06)