

総合診療科 総合内科専門医 丹羽 智宏
糖尿病専門医



糖尿病の治療の目標は、糖尿病の患者さんが健康な人と変わらない日常生活の質を維持し、健康な人と変わらない寿命を確保することです。そのためには糖尿病によって生じる合併症の発症や進展を防ぐことが重要になります。

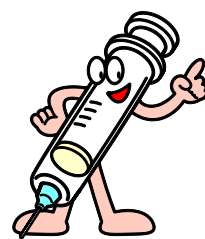
糖尿病は動脈硬化性疾患の危険因子となります。動脈硬化性疾患には心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、下肢動脈閉塞などがあります。糖尿病の患者さんが心筋梗塞を起こす危険性は、糖尿病のない人の3倍と言われています。また脳梗塞は2-4倍、下肢動脈硬化症は糖尿病の患者さんの10-15%に合併することが知られています。なぜ糖尿病の患者さんは動脈硬化症を合併しやすいのでしょうか。その原因には様々なものがありますが、その一つにインスリン抵抗性というものがあります。インスリン抵抗性とは、膵臓から分泌されているインスリンの効き目が弱くなってしまうことで、体は効き目の弱さを補うためにインスリンをよりたくさん分泌しようとし、血液中のインスリンの濃度が高くなります。これを高インスリン血症と言います。インスリン抵抗性は、LDL コレステロールの質の異常を引き起こし、血管内皮細胞に影響を与えて動脈硬化を促進します。適切な糖尿病の治療を行ってインスリン抵抗性を改善することが動脈硬化の進展を防ぐために重要となります。

また、糖尿病の患者さんの脂質異常の特徴としては、中性脂肪とLDL コレステロールが高く、HDL コレステロールが低くなりやすいということが

あります。LDL コレステロールを適切にコントロールできれば、心筋梗塞や狭心症などの冠動脈疾患の発症予防につながる事が明らかになっています。糖尿病の患者さんで心筋梗塞や狭心症の既往のない人では、LDL コレステロールを 120mg/dl 未満に維持することが目標となります。そのためには食事に注意したり、必要に応じて薬を使うことになります。薬としては、スタチンと呼ばれるグループの内服薬が広く使われています。

血圧も動脈硬化症と関係があります。糖尿病の患者さんは高血圧を合併しやすいのですが、血圧を適切に保つことによって動脈硬化症の発症、進展を防ぐことができ、さらに網膜症や腎臓が悪くなることも抑制できることが明らかになっています。糖尿病の患者さんの血圧の目標は 130/80mmHg 未満です。血圧には塩分摂取が影響するため、塩分を摂りすぎないことが重要です。糖尿病の患者さんで血圧の高い方は、1 日の塩分摂取量を 6g 以下にすることが推奨されます。塩分を控えても血圧が高い場合は、降圧剤を内服します。降圧剤には様々な種類がありますが、糖尿病の患者さんでは、アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬（ARB）や ACE 阻害薬というグループの降圧剤が第一選択薬として推奨されています。

最後に糖尿病の薬と動脈硬化性疾患との関係についてですが、比較的新しい薬の SGLT-2 阻害薬や GLP-1 受容体作動薬は、糖尿病患者さんに、心臓の合併症や、腎機能低下を防ぐ効果があることなどが明らかとなってきています。今後これらのグループの薬がより積極的に使われていくことになりそうです。



丹羽医師は 2019 年 4 月、当院に赴任しました。総合診療医として、脳卒中に合併した糖尿病や呼吸器疾患などを担当します。