

糖尿病の治療方針が変わってきています

数年前まで、糖尿病といえば合併症（神経症、網膜症、腎症）を進行させないため、とにかく血糖コントロールをよくしましょうと言われてきました。

しかし大規模な臨床試験での結果を見てみると、血糖を低くコントロールしただけでは患者さんの健康寿命は予想のように延びないことが分かりました。

上記3大合併症の先にある心血管イベント（狭心症、心筋梗塞、脳梗塞）の発症が統計的に有意なほど抑制されなかったといえます。

結果を受けてさらに研究が進められ、現在の見解としては、糖尿病と診断された方は、血糖コントロールばかりでなく血圧、コレステロールも年齢や基礎疾患に合わせて通常の方よりより厳しく管理し、なおかつウォーキング等の有酸素運動を継続的に行うと上記健康寿命は延ばせる、とされています。この考えに沿った小規模な臨床試験が幾つかの施設から報告され、確かに心血管イベントは減るとのことです。

当院にも糖尿病の患者様は多数いらっしゃいます。こんなことを聞かされるとやれやれと思うかもしれません。

しかし考えてみますと、以前からあちこちでたくさん言われている生活習慣病の対策を、糖尿病と言われたら真剣に考えてくださいよ、といっているだけですよね。

血糖コントロールにしる、血圧・コレステロールのコントロールにしる、今は使いやすい薬が多数出ております。

暴飲暴食や、間食を食べすぎないといった基本的な生活習慣の改善は必須ですが、足りない分は薬を使ってコントロールしていけば決して越えがたいハードルではないと思います。糖尿病は、治すというよりも付き合っていく、いわば体質のようなものですので、医療機関とうまく連携して健康維持を図って下さい。

当院としては上記の流れに沿い、糖尿病の患者様のコレステロールと血圧のモニターは、それらの薬を飲まれているいないにかかわらず積極的にしていく方針です。

平成 30 年 9 月 17 日
並木充夫・加藤由紀子

