

糖尿病の合併症って何？

糖尿病を治療する目的は、糖尿病であっても、健康な人と変わらない寿命・健康な人と変わらない生活の質（QOL）を保つことにあります。そのためにも、合併症をおこさないようにすることが大切になります。

糖尿病が進行してくると、糖尿病特有の**細小血管合併症（しめじ）**と生命の危機に直結する**大血管合併症（えのき）**を起こしてきます。

細小血管合併



し（糖尿病神経障害） 糖尿病患者さんの 36.7%にみられる！

両足のしびれ・異常感覚・痛み、起立性低血圧、胃無力症、勃起不全、神経因性膀胱、顔面神経麻痺、外眼筋麻痺など様々な症状がみられます。

め（糖尿病網膜症） 年間 4000 人の糖尿病患者さんが失明！

じ（糖尿病腎症） 年間 16000 人の糖尿病患者さんが透析導入！

大血管合併症



え（足壊疽） 年間 3000 人の糖尿病患者さんが足切断！

の（脳梗塞） 非糖尿病患者さんの 2~3 倍の確率で発症！

き（狭心症・心筋梗塞） 非糖尿病患者さんの 3~4 倍の確率で発症！

糖尿病合併症を予防するためには？

血糖値だけではなく、血圧・脂質・禁煙・体重を良好なコントロールを状態に保つ必要があります。それぞれの目標値は、以下の様になります。

	合併症予防の目標値	合併症悪化予防の目標値
HbA1c (%)	7.0 未満	8.0 未満
血 圧 (mmHg)	130/80 未満	125/75 未満
LDL コレステール (mg/dl)	120 未満	100 未満
中性脂肪 (TG) (mg/dl)	150 未満	
HDL コレステロール (mg/dl)	40 以上	
BMI (体重 kg/[身長 m] ²)	2 2	

患者さんと一緒に生活を振り返り、生活改善のお手伝いをさせて頂いています。

