

ちょっと

# 知ってほしい話

vol.10

令和2年3月発行

発行元 地域連携課

医療法人社団 徳成会

八王子山王病院

Hachioji Sannou Hospital

## 糖尿病の4つのタイプ知っていますか？

### 糖尿病とは？ - 血糖調節のしくみ -

食事によって体内に取り込まれた糖分は、血液を介して全身の細胞に運ばれエネルギー源として取り込まれます。しかし、すぐに使われない一部の糖分はグリコーゲンと呼ばれる糖分や中性脂肪に変換され、筋肉や肝臓、脂肪細胞に蓄えられます。これらは必要に応じて元の糖分に変換され、再度血液を介して全身に運ばれます。

糖分の細胞への取り込みと肝臓や筋肉への貯蔵の調節は膵臓にあるβ細胞から分泌されるホルモン『インスリン』がその役割を担っています。何らかの影響でインスリンが分泌されなくなったり、インスリンの効きが悪くなったりすると、血液中の糖分『**血糖**』が過剰な状態となります。この状態が続くと、血管や神経に悪影響を及ぼし様々な症状が現れます。これが『**糖尿病**』です。

### 糖尿病の4つのタイプ

インスリンが分泌されなくなったり効きが悪くなったりする原因によって、糖尿病は大きく次の4つのタイプに分類されます。

#### 1型糖尿病 - いちがたとうにようびょう -

自己免疫反応などにより膵臓のβ細胞が破壊され、インスリンがほとんど出なくなる糖尿病。  
**急激に口渇や多尿、多飲、体重減少などの症状が現れ、重篤になれば意識障害や昏睡におちいる場合もあります(糖尿病性ケトアシドーシス)。**比較的若年に発症することが多く、やせ型の方に多く発症します。

#### 妊娠糖尿病 - にんしんとうにようびょう -

胎盤から分泌されるホルモンの影響でインスリンが効きにくくなり、血糖が高くなります。  
 高い血糖の状態は出産後に戻ることがほとんどですが、**妊娠糖尿病を経験すると将来糖尿病になりやすい**と言われています。

#### 2型糖尿病 - にがたとうにようびょう -

遺伝的な要因に加え、食べすぎや運動不足、肥満やストレスなど、**生活習慣の影響**によりインスリンが出にくくなったり、インスリンが効きにくくなったりすることで発症します。症状が出ないこともあり、気付かないうちに徐々に病態が進行していきます。  
**日本人の糖尿病のおよそ9割が2型糖尿病です。**

#### その他の特定の機序、疾患によるもの

膵臓のβ細胞の機能やインスリンの作用に関わる**遺伝子の異常**、甲状腺機能亢進症などの内分泌疾患や肝疾患などの**他の病気や薬剤、化学物質**が原因で血糖が高くなる糖尿病。  
 原疾患の治療や原因物質の除去により治癒する可能性があります。

### 糖尿病の初期症状



異常に喉が渇き、水分を多く摂る

尿の回数と量が増える



空腹感が強く、食欲旺盛  
食べているのに痩せる

体がだるい、疲れやすい  
手足がしびれる、足がよくつる



初期の糖尿病では自覚症状に乏しく、気づかないうちに糖尿病が進行しています。  
 但し、急激に症状が進行する場合は**重篤な糖尿病(劇症1型糖尿病)**の可能性もあるため早めに医療機関へ相談しましょう。

糖尿病はその多くが生活習慣の乱れから引き起こされる病気ですが、中には生活習慣に問題がない場合でも起こる糖尿病もあるため、正しい知識をもって予防と治療に取り組むことが大切です。症状が現れたり健康診断などで異常を指摘されたら早めに専門医のいる医療機関へ相談しましょう。