

5. 糖尿病を放っておくとどうなるのでしょうか？

血糖値が高い状態をそのままにしておくと、血管が傷ついてきます。特に動脈の壁が傷つきますと、そこにコレステロールやカルシウムなどがたまり、動脈硬化が進んでいきます。血管の壁が肥厚し、血液が流れる通路が細く狭くなります。血行障害がおこってくるために、身体のいろいろな臓器の働きが悪くなります。血液中のブドウ糖が増加し、身体にたまってくると、ブドウ糖が身体を作っている細胞やたんぱく質などにベトベトとくっつき、身体の働きが障害されてきます。

高血糖が長く続いているために起こってくる病気を糖尿病合併症と呼んでいます。糖尿病で起こりやすい主な合併症が三つあります。それを糖尿病三大合併症と云います。高血糖が10年から15年ほど続くと、これらの合併症が発症してきます。

糖尿病腎症、糖尿病網膜症、糖尿病神経障害があげられます。

糖尿病腎症とは、高血糖が長く続いたために、腎臓が傷害されて、働きが悪くなってきた病気です。初めのうちは、おしっこの中かにたんぱく質が出てくるようになります。おしっこを目で見ても分からないのですが、尿検査で蛋白尿が見つかります。しばらくすると、身体で不要になった老廃物を排出する働きが悪くなります。解毒機能が低下し、身体に不要なものが溜まってきますので身体がだるく、疲れやすくなります。おしっこの出が悪くなり、ますます老廃物が外に出せなくなります。そのような状態では、人工透析を受けるようになります。現在、人工透析を受けている原因の第一位が糖尿病腎症です。

糖尿病網膜症は、眼底でものを見る働きをしている網膜の血管が傷害された結果おこる病気です。血管が破れて出血しものが見えなくなることがあります。失明の原因としても知られています。病気が悪くならない前に、眼科で眼底検査を受けることが必要です。白内障も糖尿病で起こりやすく、視力が落ちてきたら検査を受けることで分かります。視力がひどく低下して不自由する時には、手術で改善します。

糖尿病神経障害は、三大合併症のなかでは、最も早く出て来ます。手足のしびれ感や、ピリピリ感などがあります。感覚がにぶくなってくるともありません。足で釘を踏んでも痛みを感じないこともあります。知らないうちに火傷や怪我をしていることもあります。化膿してひどくしないうちに手当てをすることが必要です。ひどくなると壊疽と呼ばれる病気になり、足を切断しなければならなくなります。出来るだけ皮膚を清潔に保つように気配りが大切です。

糖尿病神経障害が起ると、筋肉が委縮して来たり、筋力低下に気付くことがあります。転倒したり、立ちくらみなども起こりやすくなります。また胃腸の具合が悪くなったり、発汗異常が起り易くなります。おしっこの出が思うようにいなくなり、おしっこをもらしやすくなります。インポテンツも多くの人で見られます。

糖尿病三大合併症は、細い動脈の傷害で発生しますが、比較的太い動脈が傷害されておこる糖尿病合併症もあります。脳血管におこると脳梗塞、脳卒中、脳出血などの脳血管障害として発病します。心臓の血管におこると狭心症、心筋梗塞などがあげられます。これ

らの病気は主な死亡原因となっています。脳血管障害では認知症の原因ともなります。このほか、足の動脈が傷害されると、末梢動脈閉塞症と呼ばれる病気が発症します。歩くと足が痛くなり、少し休むと楽になってきます。これが繰り返されるようでしたら、この病気が考えられます。ひどくならないうちに調べてもらい、早く対策を講じることが大切です。糖尿病があると、高血圧や脂質異常症などを合併することが多くなります。糖尿病に高血圧、脂質異常症が合併してくると、ますます動脈硬化が進行しやすくなります。

そのほか、歯の病気や、皮膚の病気などを合併することが多くなります。免疫力が低下するため、感染症がおこりやすく、また重症化しやすくなります。糖尿病の人が風邪をひくと肺炎に進行することがありますので、注意することが必要です。

糖尿病では、癌が発症しやすくなってきます。癌の予防のためにも、糖尿病を予防することが大切です。