

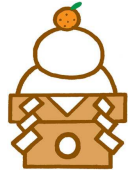
栄養だより

平成25年 1月 NO.212

あけましておめでとうございます。皆様ご容態はいかがでしょう。

- 今年は**糖尿病に関する情報**をお話していきます

今回のテーマは**糖尿病とはどんな病気なの？**です



糖尿病・・・食物として取り入れられた栄養素が身体の中で上手く利用されないために液中に含まれるブドウ糖の量(血糖値)が異常に多い状態が続く病気。

- **インスリンの作用が不足し血糖値が上がります**

インスリンは膵臓で作られるホルモン。細胞が血液の中からブドウ糖を取り込んでエネルギーとして利用するのを助ける働きをしています。インスリンの作用が不足すると、ブドウ糖を利用できなくなり血液中のブドウ糖濃度(血糖値)が高くなります。これを高血糖といい、この状態が継続するのが糖尿病です。



インスリンの作用不足には、膵臓のインスリンを作り出す(インスリン分

泌)能力が低下してしまうことと、インスリンに対する細胞の感受性が悪くなることの2つの原因があります。

- **放置すると血管や神経が冒されます**

自覚がないからと糖尿病を放置していると、高血糖は全身の様々な臓器に障害をもたらします。特に冒されやすいのは、神経と血管を中心とした臓器で、手足の先がピリピリする**神経障害**、眼球の網膜に出血がおこる**網膜症**、腎臓の機能が低下する**腎症**があり、これを三大合併症といいます。

