

糖尿病治療の最前線

“他人まかせ”は 真の治療にならない

食事療法の大切さを甘く見ていたFさんのケース



担当医 久保 明先生
医学博士・
糖尿病内分泌専門医
東海大学医学部教授
高輪メディカルクリニック院長

患者氏名	F・N様	年齢	62歳	性別	男性	現病歴	糖尿病
------	------	----	-----	----	----	-----	-----

糖 尿病と診断されて、かれこれ8年になるFさん。ずっと飲み薬で治療されており、網膜症や腎症といった合併症はありません。中性脂肪値が145mg/dlと少し高めではあるものの、肥満というほどでもなく、ヘモグロビンA_{1c}もここ数年は6.9%前後を維持し、落ち着いた状態でした。

ところが先日、定期的の検査を行ったところ、ヘモグロビンA_{1c}が8.5%にまで上昇し、中性脂肪値も417mg/dlという悪い結果でした。長い間うまくコントロールできていたFさんだけでなく、意外でしたが、こうなると飲み薬の種類を増やさなくてはなりません。しかしなぜ、今になって状態が悪くなったのでしょうか。何があったのか、お尋ねしてみると……

奥さまと二人暮らしだったFさんは、約半年前から仕事の都合で単身赴任となりました。食事は自炊を心がけているものの、献立はご本人の好

きなものばかり。栄養バランスが崩れてしまい、数値の上昇に結びついたようなのです。また、帰宅してから食事の用意をするため、どうしても食べる時間が遅くなる。そうした食生活の乱れも影響したと思われます。

今回のことで、今さらながら食事の大切さを思い知ったというFさん。そして、ご本人の糖尿病生活がいかにかに奥さまの「内助の功」に支えられていたのか、気づかされたと言います。

糖尿病の治療は、家族のサポートも大事ですが、やはり基本は患者さん本人がいかにかに正しい知識をもって病気と向き合うか、にかかっています。

今後は、Fさんに栄養カウンセリングを受けてもらい、自分自身で食事療法ができるようにしていただくつもりです。ただ、一度上がった数値はなかなかすぐにはもとに戻りません。食習慣の重要性に身をもって気づいたFさんの、地道な努力に期待しています。