

## 糖尿病治療の最前線

# 長い療養生活の 落とし穴

脳梗塞の危険性を甘くみていたY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	Y・T様	年齢	69歳	性別	男性	現病歴	糖尿病
------	------	----	-----	----	----	-----	-----

**糖** 尿病と診断されて、10年以上がたつYさん。飲み薬で治療を続けているものの、ヘモグロビンA1cは8.9%あり、うまくコントロールできていないとはいえない状態です。しかも、動脈硬化の進行度を判断する、頸動脈の内膜中膜複合体肥厚（なひまくちゅうまくふくごたいこう）の数値がよろしくない。頸動脈は脳血流に大きくかわる血管ですから、その壁が厚くなると、脳梗塞を発症する危険性が高まります。糖尿病のある人なら、なおさらです。

ところがご本人は「大したことはないだろう」と高をくくっておられる。これまで深刻な合併症も起こっていないため、気持ちが大きくなっていったのでしょうか。

そんなある日、恐れていたことが現実になりました。Yさんが脳梗塞で倒れてしまったのです。幸い処置が早かったため、命に別状はありませんでしたが、かなりのショックを受けられ

たご様子。しかしこの出来事をきっかけに、ようやく糖尿病と真剣に向き合う決心がついたようです。

毎日約1時間のウォーキングに、野菜中心の食生活。外食はなるべく控えるようにし、基本的な生活習慣の改善に努めました。また血糖値も頻繁に測り、数値の変化を細かくチェックされるようになりました。

その結果、昨年秋季にはヘモグロビンA1cが7%、今年の2月には6.8%まで低下。飲み薬の種類や量は以前と変わっていませんから、純粹にYさんの努力のたまものといえます。

糖尿病は自覚症状が出にくい病気だけに、療養生活が長くなればなるほど、「油断」が生じてしまいがちです。それゆえ、患者さんご本人の「治そう」という自覚が非常に大切になってきます。Yさんには今回の経験をお忘れずに、いっそう治療に励んでいただきたいと思います。