

# 糖尿病予備群を襲う ペットボトル症候群

担当医



久保 明先生

医学博士 糖尿病内分泌専門医  
医療法人財団百葉の会 銀座医  
院 院長補佐・抗加齢センター長

糖尿病を自覚せず、加糖の飲料を飲み続けたNさんのケース

患者氏名	N・J 様	年齢	41歳	性別	男性	現病歴	糖尿病
------	-------	----	-----	----	----	-----	-----

「ペットボトル症候群」という言葉をご存じでしょうか。

これは糖尿病の症状の一つである「喉の渇き」を癒やすため、ペットボトル入りの飲料を多飲し、急激に血糖値が上がることです。この場合のペットボトル飲料とは、無糖のお茶や水ではなく、砂糖が入った甘い飲み物を指します。

ペットボトル症候群の顕著な例がNさんでした。3年ほど前に健診で糖尿病予備群であることを指摘されていたにもかかわらず、特にこれといった自覚症状が

ないため放置していたそうです。

しかし今年の始め、血糖値が276 mg/dL、ヘモグロビンA1cが13.1%と、健診時の2倍にまで数値が上がってしまいました。聞けば、年末年始、スポーツ飲料やコーヒー飲料など加糖された飲み物を1日2L以上も飲んでいただけのことです。

自分が糖尿病予備群であるという意識がなかったのです。喉が渇くままにペットボトル飲料を飲み続けた結果、糖尿病が進行し、太るどころか体重は4 kg

近く減っていました。

非常事態だったため、すぐにインスリン治療を開始しました。もちろん加糖の飲料も控えていただきました。

インスリンは一度開始するとやめることができないと思われる方が多いようですが、必ずしもそうではありません。Nさんの場合、1か月で数値が有意に低下し、2か月後には完全にインスリンをやめることができました。

年末年始、皆さんも喉の渇きと糖分の摂り過ぎには十分ご注意ください。