



首里城下町クリニック

# 糖尿病と腎臓病の関係について ～腎臓を悪くしないために～



だん だけし  
産業医 田名 毅  
(首里城下町クリニック)

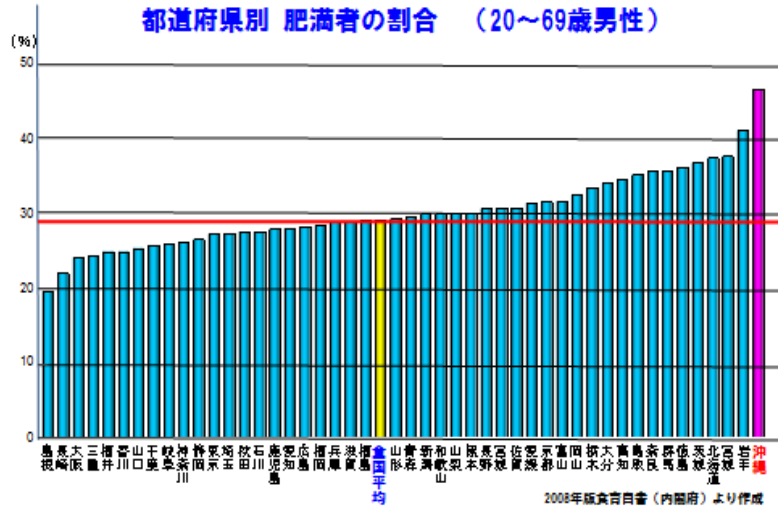
沖縄では糖尿病が原因で透析に導入される方が増えています。糖尿病から腎臓を悪くしないためのご講演をうえず内科クリニックの上江洲 良尚 先生にお願いしました。まとめましたのでご報告します。

◇沖縄県民は脂肪の摂取量が多く野菜の摂取量が少ない。また運動不足、飲酒の機会や量が多い。そのため肥満率、メタボ保有率が全国一高い。結果、働き世代の死亡率が全国一高い状況にある。

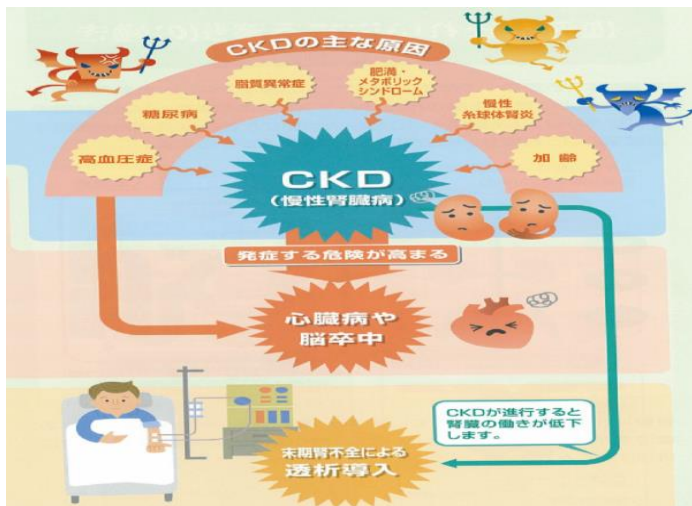
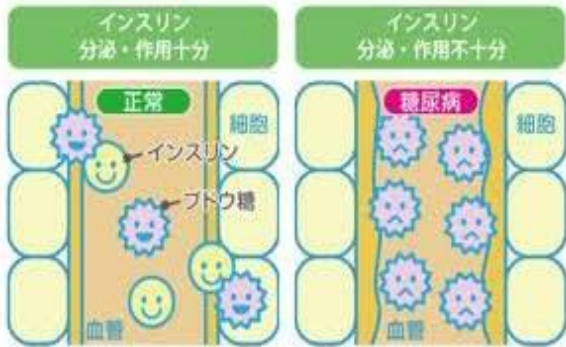
◇糖尿病はⅠ型とⅡ型があるが、過食・肥満が原因で起こるⅡ型糖尿病は血糖値を下げるインスリンが十分に効果を発揮できなくなり(インスリン抵抗性)発症する。そして、血液中に余分にあるブドウ糖が細い血管、太い血管を傷つけて動脈硬化を引き起こす。

## 沖縄県は肥満者の割合が多い

都道府県別 肥満者の割合 (20～69歳男性)



◇糖尿病を早めに治療して血糖値を下げる事が重要である。糖尿病を放置して血糖値の高い状況が長く続くと、その後いくら治療をしても傷ついた血管を治すことは難しくなり、腎不全(透析が必要な状態)になったり、脳卒中・心筋梗塞を起こしかねない。



## CKDでは心臓病や脳卒中を起こす危険が約3倍高まります。

CKD (慢性腎臓病)の有無と心血管疾患の発症率(久山町研究より)



※CKD (有)は、GFR<60mL/分/1.73m<sup>2</sup> 男女 2,634人、1988-2000年、無調整

Ninomira T. et al. Kidney Int 2005;68:228-236.引用、改変

