



徳島県糖尿病協会ロゴマーク 2021.1

# 糖尿病 やまももだより Vol.26

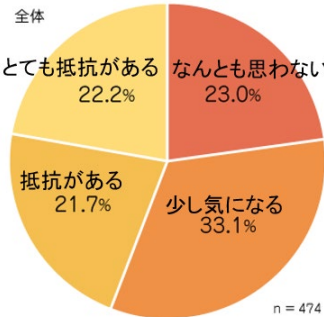
2024年5月  
徳島大学病院  
山桃の会  
糖尿病臨床・  
研究開発センター

## 「糖尿病」から「ダイアベティス」へ

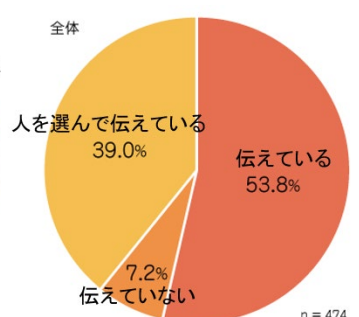
近年、糖尿病治療は飛躍的に向上し、血糖コントロールを良好に保てば健康な方と変わらない生活をおくることができます。しかし、古い情報にもとづく判断により、生命保険に加入できない、住宅ローンを組めない、結婚や就職、昇進に影響するなどの不利益を被るケースがあります。糖尿病ネットワークが糖尿病のある方とその家族に糖尿病と偏見・差別に関するアンケート調査を行いました。

<https://dm-net.co.jp/enq/2023/037481.php>

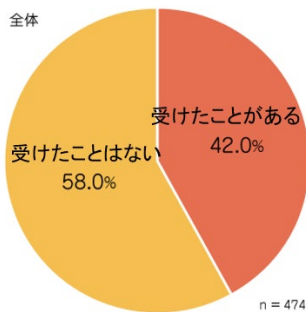
糖尿病という病名に対してどう感じているか(474名)



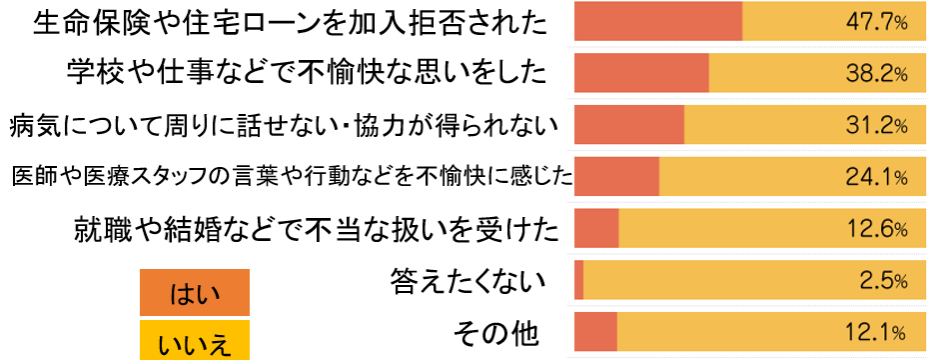
糖尿病であることを周囲に伝えているか(474名)



糖尿病であることによって偏見や差別を受けたことがあるか(474名)



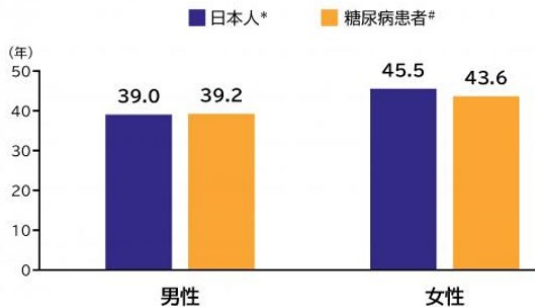
糖尿病であることによってどのような偏見や差別を受けたか(199名)



**医療従事者が患者さんや一般の方々に正しい知識を普及し、糖尿病であることを隠さずにいられる社会を作っていくことが大切です。**

糖尿病の治療の進歩とともに予後は大きく改善しており、糖尿病がある方と一般人口の平均余命(ある年齢の人々が、その後何年生きられるかの推定値)にはほとんど差がないことが報告されています。

糖尿病患者の平均余命は日本人一般と異なるのか？



40歳時の平均余命では、日本人一般と日本人糖尿病患者の平均余命に大きな差はない可能性

厚生労働省 日本人の平均余命 平成12年度簡易生命表より # Goto et al. J Diabetes Investig. 2019 より(1995-2001年の調査)

糖尿病とは、インスリン作用不足による慢性の高血糖状態を主徴とする代謝疾患群です。1型、2型、その他の特定の機序疾患によるものがあります。インスリン分泌不全とインスリン作用の障害があります。1型はインスリンを分泌できなくなり、2型は体質によるところも大きいのですが、「自己管理ができず食べ過ぎる人」などという誤ったイメージが拡散しています。糖尿病に対する社会的偏見は不正確な情報・知識によることが多くこれを放置すると、糖尿病であることを周囲に隠す⇒適切な医療が受けられない⇒重症化⇒医療費の増加などの悪循環を繰り返します。糖尿病の早期発見と適切な治療を継続することが大切です。主治医と相談しながら糖尿病管理を継続しましょう！

日本糖尿病協会と日本糖尿病学会が、糖尿病に対する偏見をなくそうと「アドボカシー活動」に取り組んでいます。徳島県糖尿病協会でも、毎年世界糖尿病デーの11月に「糖尿病フォーラム徳島」、徳島市医師会では糖尿病市民公開講座を開催し、糖尿病の啓発活動を行っています。

**糖尿病フォーラム徳島は今年も11月24日(日)にふれあい健康館で予定しています！**

参考文献；糖尿病治療ガイド 2022-2023, 日本糖尿病協会ホームページ, さかえ 2023年5月号



# 徳島大学病院糖尿病患者会「山桃の会」・徳島県糖尿病協会 入会のご案内

「山桃の会」は、徳島県糖尿病協会および徳島大学病院の糖尿病の友の会です。糖尿病の方やそのご家族の方、医療従事者が入会できます。

糖尿病に関する情報提供を行い、会員の皆さまの知識向上とより良い診療や療養支援を目指しております。

本会にご入会していただきますと、患者会や糖尿病に関するイベントのご案内、月刊誌“さかえ”を毎月郵送いたします。

「山桃の会」の年会費は、3,500 円です。

(主に日本糖尿病協会年会費、さかえ年間購読、郵送料込み)

\*途中入会の場合は、上記を月割して、3月31日までの期間分を徴収させていただきます。

入会希望の方は、別紙入会申込書に必要事項をご記入の上、FAX でお送りください。  
入会申込書は、下記にご連絡ください。

「山桃の会」事務局  
〒770-8503 徳島市蔵本町 3-18-15  
徳島大学 糖尿病臨床・研究開発センター  
TEL:088-633-7587 FAX:088-633-7589  
Mail: dtrc@tokushima-u.ac.jp



毎月最新の糖尿病の情報が  
特集・企画されています。  
非常にわかりやすく書かれていて、  
読みやすい1冊です。  
新たな知識が増えます

### 歯周病は、糖尿病の合併症の一つです

糖尿病があると、歯周病になりやすく重症化しやすい。歯周病は糖尿病に影響を及ぼす。

一糖尿病があると、免疫細胞の低下や血液の悪化、糖質の減少などのため、歯周組織の厚みが生じて歯周病になりやすく、また、重症化しやすいことが分かっています。

一歯周病はインスリン作用を阻害し、血糖コントロールを悪化させます。歯周病を治療すると、HbA1cが最大1%改善するという報告もあります。

歯周病やむし歯は、糖尿病以外にも肥満、肺炎、糖尿病性呼吸器症候群、心内膜炎、腎炎、歯肉炎、敗血症、胃腸障害、栄養障害などさまざまな疾患の原因になるといわれています。

**お口を健康な状態に保つことは、全身の健康に関わる大切なことなのです。**

#### お口の健康セルフチェックシート

<p>【生活習慣】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1 喫煙をあまりしない</li> <li><input type="checkbox"/> 2 ストレスをうまく解消している</li> <li><input type="checkbox"/> 3 歯はよく磨いている</li> <li><input type="checkbox"/> 4 歯磨きしていない</li> <li><input type="checkbox"/> 5 1日1回は時間をかけて歯磨きをしている</li> <li><input type="checkbox"/> 6 フロスや歯間ブラシの歯磨き剤を使っている</li> </ul> <p>(5歳以上)に「かつら」を これからは良い生活習慣で過ごしましょう。 「かつら」に「かつら」を 一つでも増やしましょう。 (10-20歳)に「かつら」を すべてに生活習慣を改善しましょう。</p>	<p>【お口の健康から】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1 いつもお口の中がさわやかと思える</li> <li><input type="checkbox"/> 2 歯肉の色がピンク色で引き締まっている</li> <li><input type="checkbox"/> 3 歯がはらつきがなく、しつかりがある</li> <li><input type="checkbox"/> 4 歯と歯の間に物が挟まらない</li> <li><input type="checkbox"/> 5 歯がしみたり、痛まない</li> </ul> <p>全ての項目に「かつら」がない場合は、 お口の科に相談がおすすめです。</p>
---	---

1週間に1回はお口の健康状態を自分で観察し、  
定期的に歯科を受診しましょう!