

No.134
2016.10.20
Autumn

NPO法人兵庫県腎友会会報誌

まほう



#おっ玉葱

#おっ玉葱



道の駅 うすしお



大鳴門橋

特定非営利活動法人 兵庫県腎友会

〒650-0012 神戸市中央区北長狭通5-1-21 福建会館ビル6F TEL.078(371)4382 FAX.078(371)8840
ホームページ●<https://npohik.or.jp/> E-mail●npohyojin@nifty.com

- 阪神ブロック事務局 〒663-8215 西宮市今津水波町1-7 ドミトリー高木1F TEL.0798(36)9731 FAX.0798(36)9732
- 神戸ブロック事務局 〒650-0012 神戸市中央区北長狭通5-1-21 福建会館ビル6F TEL.078(958)7370 FAX.078(371)8840
- 東播ブロック事務局 〒650-0012 神戸市中央区北長狭通5-1-21 福建会館ビル6F TEL.078(958)7323 FAX.078(958)7102
- 西播ブロック事務局 〒672-8048 姫路市飾磨区三宅1-192 田中興産ビル6F TEL.079(285)0577 FAX.079(287)6038

認知症を知る

日本全国で高齢化がすすんでいるように透析患者も高齢化がすすんでいます。

「認知症になるのでは？」「認知症なのでは？」
「認知症ってなに？」と“認知症”に対する不安はだれもが持っていると思います。
恐れる前にまずは“認知症”について教えてもらいましょう。



医療法人社団裕和会
長尾クリニック 院長

長尾 和宏 先生

●職歴

1984年 東京医科大学卒業 大阪大学第二内科入局
1991年 医学博士（大阪大学）授与 市立芦屋病院内科医長
1995年 兵庫県尼崎市で長尾クリニックを開業



第5回 糖尿病と認知症

糖尿病は認知症の発症にも深く関係していますので、糖尿病を治療する目的は認知症やがんの予防とも言えます。

糖尿病を放置すると3大合併症（網膜症、腎症、神経障害）が引き起こされ、さらには脳梗塞や心筋梗塞、また、がんの発生の危険も…

糖尿病患者さんが増えています。透析導入の原因第1位は糖尿病です。糖尿病を放置すると3大合併症（網膜症、腎症、神経障害）が引き起こされ、さらに糖尿病があると脳梗塞や心筋梗塞の危険性が2～4倍高くなります。

一方、糖尿病ががんの発生に明確に関係があることはあまり知られていません。1990年代から糖尿病患者さんの死因の第1位はがんです。

糖尿病があると認知症の危険性が2倍高まります

さらに、糖尿病は認知症の発症にも深く関係しています。糖尿病があると認知症の危険性が2倍高まります。高血糖状態が続くと記憶の中枢である脳の海馬の萎縮が進みます。海馬とは脳の中で唯一細胞分裂を繰り返す神経細胞が集まる器官で、入力された情報の整理や取捨選択を司っています。注目すべきは糖尿病の人はたとえ認知症状を発症していなくても画像上では海馬が萎縮しているという事実です。

ある疫学研究では高齢者の脳の容積を頭部MRIで測定したところ、萎縮している人の多くが糖尿病であるという結果でした。糖尿病歴が長いほど脳の容積が小さいのです。海馬の容積を比較すると糖尿病歴が10～16年の人は糖尿病の無い人に比べて3%、17年以上だと6%小さいという結果でした。糖尿病を治療する目的は認知症やがんの予防とも言えます。

認知機能には低血糖は高血糖よりもっと困る

しかし、厳格すぎる血糖コントロールは良くないことも分かってきました。今春、日本老年医学会と日本糖尿病学会が合同して「高齢者糖尿病の血糖コントロール目標」を発表しました。

これによると軽度認知症があり、糖尿病の薬を飲んでいる人の*HbA1cの目標値については、8.0%未満で7.0%以下にする必要はないとされました。中等度認知症の人の目標は8.5%未満で下限は7.5%と、従来の基準よりかなり緩められました。つまり認知機能には低血糖は高血糖よりもっと困るという話です。だから低血糖を絶対に起こさない程度の管理目標に変わったのです。

糖尿病と認知症の関係、そしてほどほどの管理目標を知っておいてください。

*HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）…血糖値を知るための指針