



VOL. 61  
08年  
05月

今月の  
特集

糖尿病と虚血性心疾患

心筋梗塞にならない為に

## 虚血性心疾患（冠動脈疾患）とは

わが国では年間約100万人の人が亡くなっています。心疾患はガンに次いで死因の第2位で、心疾患による死亡者は年々増加しています。「虚血性心疾患（冠動脈疾患）」とは心臓を栄養する冠動脈の動脈硬化によって起こる心筋梗塞や狭心症の総称ですが、全死因の8%の人が「虚血性心疾患」で亡くなっており、日本人の主要な死因の一つとなっています。さらにこの病気は糖尿病と密接な関係があるとされています。

《糖尿病と虚血性心疾患》 日本での研究から心筋梗塞をはじめとする虚血性心疾患の発症率は糖尿病患者においては糖尿病でない人に比べて2～4倍高いと報告されています。日本人の虚血性心疾患の発症率は欧米人の約1/5とされていますが、糖尿病があると欧米人の1/2まで上昇してしまいます。

《糖尿病予備軍から虚血性心疾患は増加する》 心筋梗塞などの虚血性心疾患は重症の糖尿病にのみ起こるものではありません。糖尿病罹病期間・症状・細小血管障害（目、腎臓、神経の合併症）の程度などとはあまり関係なく軽症の糖尿病の人にも冠動脈の動脈硬化が進行し虚血性心疾患が起こることがわかっています。まだ糖尿病と診断されなくても食後に時々高血糖を呈する人や境界型の人たちも虚血性心疾患が明らかに増加することがわかっています。

《糖尿病では胸痛などの症状が起こらないことも多い》 一般に狭心症や心筋梗塞は胸痛などの症状が出て気付くことが多いのですが、症状が出ないことが多いという特徴があるとされています。胸痛を感じないで暮らしていた2型糖尿病患者を対象に精密検査をしてみたら、冠動脈の動脈硬化による虚血（血液がうまく循環しなくなつて狭心症などの原因となる）が22%の人にみられたとの報告もあります。糖尿病では狭心症を疑わせる胸痛などの症状が無くても定期的な心臓検査は欠かせません。

《糖尿病の冠動脈病変は複雑で重症であることが多い》 糖尿病では冠動脈の狭窄が重症で狭窄病変が1箇所だけでなく虫食い状に多発することが多いとされています。だからといって胸痛などの症状がひどいということはありませんが、治療に難渋するケースも少なくありません。

《血糖値の管理だけでは虚血性心疾患の発症を予防できない》 糖尿病の冠動脈疾患を予防する為には高血糖の是正のみでは十分ではありません。高血圧、高脂血症（高コレステロール血症、高中性脂肪血症、低HDLコレステロール血症）、喫煙、肥満などの動脈硬化の危険因子をできるだけ厳密にコントロールすることが必要とされます。糖尿病だからと血糖値のことばかりを気にしてそれ以外の異常を放置してはいけないのはこのためです。

《新しい虚血性心疾患の診断方法》 最近になってMDC T（心臓CT）という検査機器が近隣の病院にも配置されるようになって来ました。心臓カテーテル検査でしかわからなかった冠動脈の病変が簡単にスクリーニングできるようになり、冠動脈疾患の診断に対する有用性が期待されています。

### 院内行事と健康などに関するニュース

【2008 ウォークラリー】 今年も茨城県糖尿病協会主催のウォークラリーの季節となりました。皆さんと一緒にスタッフも参加しますのでどうぞ積極的にご参加ください。[期日] 2008.6.1 (日) 正午集合（偕楽園 好文橋下のテント）終了PM3:30（AM9:30から茨城県メディカルセンター1階研修講堂にて糖尿病勉強会も開催されるのでそちらにもご参加ください。当院からAM7:40にバスが出ます。参加希望の方はスタッフまでお気軽に声をかけてください）

【ダイアレディース会のお知らせ】 6月の調理教室は魚介のグレープフルーツのマリネ、枝豆腐のフルフルなどのメニューで行ないます。旬の野菜を美味しく食べながら楽しくお話できる機会を作ればと思っています。[期日] 2008.6.18 (木) AM10:00-PM1:30（なお今後の予定などに関しては院内の掲示板をご覧ください。）

### 【糖尿病・糖尿病予備軍数 1870万人に】

厚生労働省の2006年国民健康・栄養調査で、糖尿病・糖尿病予備軍の人数が1870万人と推定されると発表されました。2002年の前回調査に比べて250万人の増加です。「糖尿病が強く疑われる」とされたHbA1c 6.1%以上が820万人で「糖尿病の可能性が否定できない」とされたHbA1c 5.6%以上は1050万人だったと報告しています。



ゴールデンウィークはいかがでしたか？ 前半はお天気がまいちでしたね。私どものクリニックは5/4の救急当番にあたってしまったので遠出はできませんでした。いよいよ春本番です。外に出て春の息吹を感じながら体を少し動かしましょう。

### 休診のお知らせ

ご迷惑をおかけしますが  
6/27 (金) ~ 6/28 (土)  
は休診とさせていただきます  
ご了承ください

| 5月 |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| S  | M  | T  | W  | T  | F  | S  |
|    |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 6月 |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| S  | M  | T  | W  | T  | F  | S  |
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 |    |    |    |    |

