

地域で取り組む糖尿病重症化予防について

公立豊岡病院 内分泌・糖尿病内科 岸本一郎

平成 24 年の調査では、日本における糖尿病人口は 950 万人、予備群を合わせると 2,050 万人と推算されています。平成 29 年における豊岡市の人口から推算すると、豊岡市においても 7,400 人の糖尿病の方が、16,500 人の耐糖能異常の方がおられると見積もられ、これらの方々は糖尿病合併症である様々なご病気を引き起こしやすい高危険群ですので、早期から予防介入することが重要です。特に車社会がもたらす身体活動低下は血糖値に悪影響を及ぼすことが考えられ、継続的な身体活動の工夫が必要となります。また、食後高血糖による血糖値スパイクは、働き盛りの 3 人に 1 人、痩せ型の若い女性の 5 人に 1 人に認められると報告されています。したがって、糖尿病および血糖値異常は日本人における国民病であり、誰であってもその危険性があると考えられます。さらに、糖尿病やその合併症が進行することで医療費も多額になることも考えると誰もが関係することになり、糖尿病重症化予防は地域全体で進めることが重要です。よい生活習慣は出来るだけ早くから身につけることが重要であることから、家庭の中で子どもたちがよい生活習慣を身につけることが大事になります。したがって、糖尿病重症化予防医療は、医療者や行政から一方的に提供されるものではなく、ご本人やその家族、職場、地域など人と人とのつながりの中での共同作業なのです。今後豊岡市における課題を明らかにしながら地域全体での取り組みを持続するため、ひとりひとりが“他人ごと”ではなく“自分ごと”、“地域ごと”として考えて行くことが重要です。