

糖尿病

ワンポイントアドバイス

# 糖尿病神経障害と足病変について

糖尿病の3大合併症といえば、**糖尿病網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害**の3つです。今回はその中でも見過ごされやすい神経障害についてご紹介します。神経系には脳と脊髄の**中枢神経**と、体の色々な部分と脳との間を連絡する**末梢神経**があります。さらに末梢神経には痛みや温度を感じる**感覚神経**と手や足の筋肉を動かす**運動神経**、自分の意思とは関係なく自然に心臓や胃腸などの内臓の働きを調節している**自律神経**があります。神経障害といっても頭がおかしくなるわけではありません。

## 神経障害って、どのような症状が出るのでしょうか？

糖尿病でまず侵されるのは末梢神経で、**手よりも足に病変が早く現れます**。手足がしびれたり痛い、手や足先がやたらほてったり冷たく感じる、睡眠中に足がつるなどの症状がでます。

## どうしてそのようなことが起こるのでしょうか？

高血糖が続くと体内でアルドース還元酵素が働き、ソルビトールという糖の代謝産物が大量に作られてしまいます。**そのソルビトールが末梢神経細胞に蓄積するために神経障害が起きます**。また、毛細血管

が詰まり神経細胞に血液が行きわたらず、神経細胞が障害されてしまう場合もあります。

## 自覚症状がなければ、大丈夫？

末梢神経による刺激の伝わる速度を測定する検査があります。神経障害になると、刺激の伝わり方が遅くなります。検査によって**神経伝導速度**が遅くなっている場合は、**自覚症状がでていなくても神経障害が始まっているのです**。

## 治療法はあるのでしょうか？

基本は、**血糖コントロール**を良好に保つことです。また、神経障害の治療薬には、ソルビトールの産生を抑えるアルドース還元酵素阻害薬があります。

## 足病変との関連

末梢神経障害があると、痛みを感じにくいので足に注意が必要です。足の小さな傷→気づかない→潰瘍→細菌がついて化膿→壊疽→足切断、なんてことにもなりかねません。普段から自分の足をよく観察し、適切なケアを心がけましょう。

(検査科 山本 健太郎)

## 春の肥満教室のお知らせ

- 日程 / 3月26日(金) 9:00~16:00(受付:8:30~)  
3月29日(月) 9:00~16:00(受付:8:30~)  
いずれかご都合のよい日を予約して下さい。
- 対象者 / 三重県内の小中学校に在籍する児童・生徒とその家族20組が対象になります。
- 内容 / **勉強** 肥満の原因や・治療・栄養について、医師・看護師・栄養士よりお話をさせていただきます。  
**楽しい体験** 実際に、みんなで体操や運動をしたり、肥満食や手作りおやつを試食をしたりして、楽しく体験してみましょう。  
**検査** 血液検査・検尿・CT(腹部コンピューター断層撮影)などを実施させていただき、メディカルチェックを行ないます。
- 申込方法 ■ 詳細は、各小・中学校を通じて、各家庭にお知らせがあります。目を通していただき、お申し込みください。

看護師と、カロリーを考えながら、お買い物練習中です。



3病棟師長(小児慢性病棟) 坪井 奈巳 / 副院長 井口 光正

## 三重病院 外来糖尿病教室 2月開催のお知らせ

### 2月のテーマ 『物忘れと生活習慣病』

糖尿病の方は、一般の方と比べると2倍ほど認知症になりやすいそうです。他に高血圧、高脂血症といった病気も放置しておくと認知症になりやすいことが分かっています。物忘れを予防しましょう！

日時 ● 平成22年2月24日(水)  
14:00~15:00

場所 ● 三重病院研修棟 第一研修室  
(外来玄関に向かって左側の建物です)

担当 ● 神経内科医師 町野先生

- ★ 関心のある方はどなたでも参加できます。当日直接会場にお越しください。参加費無料です。詳しくは、内科外来にお尋ねください。

