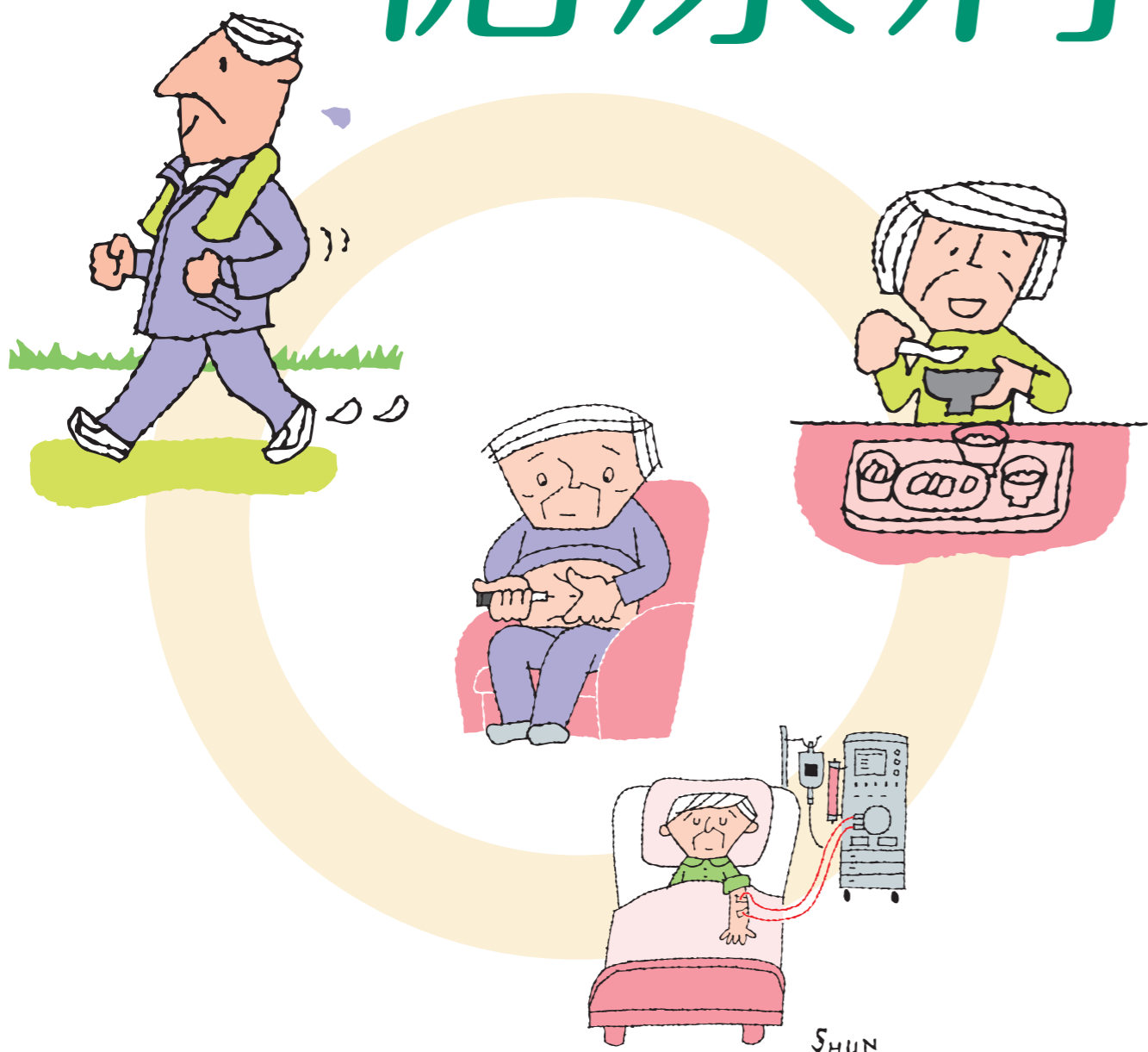


# 高齢者の

多職種で取り組む

# 糖尿病



特集 1

## 増える高齢者の糖尿病 若い人とは異なる難しさも

糖尿病は加齢と共に増える病気。超高齢社会となり、人口の高齢化と共に糖尿病は増加の一途をたどっている。糖尿病とは、血液中のブドウ糖の値（血糖値）が、空腹時で126 ml/dl以上、かつ、過去1～2カ月の平均的な血糖の状態であるHbA1c（ヘモグロビンA1c）が6.5%以上という状態のこと。この検査値が出ると一般的に「糖尿病」と診断される。

2016年の国民健康・栄養調査によれば、糖尿病が強く疑われる人は約1,000万人に。その中で70歳以上の男性の23.2%、女性の16.8%が糖尿病であると推定されている（図）。糖尿病の可能性を否定できない糖尿病予備群を含めると、この数字はさらに増える。糖尿病の高齢者を介護する場面は、これから先増えていくことは間違いない。

糖尿病が加齢とともに増える原因は加齢と共に血糖を下げるホルモンであるインスリンの分泌が低下することがある。また、加齢と共にインスリンの効きが悪くなることも原因の一つだ。つまり、加齢とともに内臓脂肪がたまったり、筋肉量

が減ったりするとインスリンの効きが悪くなる。さらに、高齢者になり、身体活動量が低下してもインスリンが効きにくくなる。

「糖尿病の治療がほかの疾患と大きく異なる点は、食事、運動、服薬など日々の生活が特に重要となることです。私たちは薬を処方しますが、食事と運動という土台があって初めて最大限の効果が得られます。ですから、身近にいる家族や介護者からの協力が欠かせません」

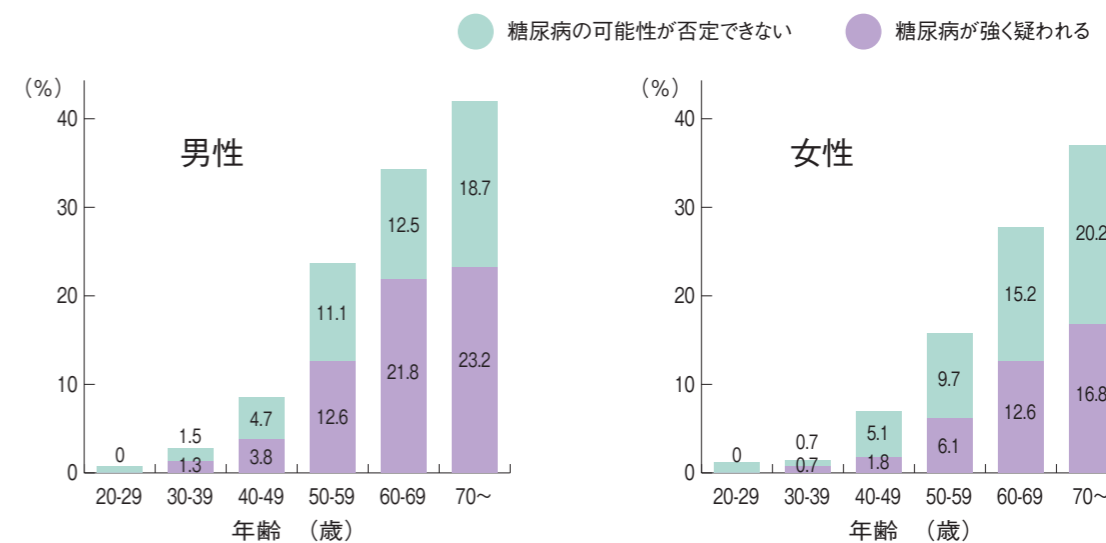
そう話すのは、東邦大学医療センター大橋病院 糖尿病・代謝内科教授の柴輝男医師だ。

日本糖尿病協会は日本介護支援専門員協会と合同委員会を設置し、2013年から地域のケアマネジャーやかかりつけ医に向けた「糖尿病療養支援・介護に関わるスタッフの勉強会」を実施してきた。柴医師はこの委員会の



東邦大学医療センター大橋病院の芝輝男医師

図 糖尿病と疑われる人の年次推移



出典：2016年「国民健康・栄養調査」（厚生労働省）より