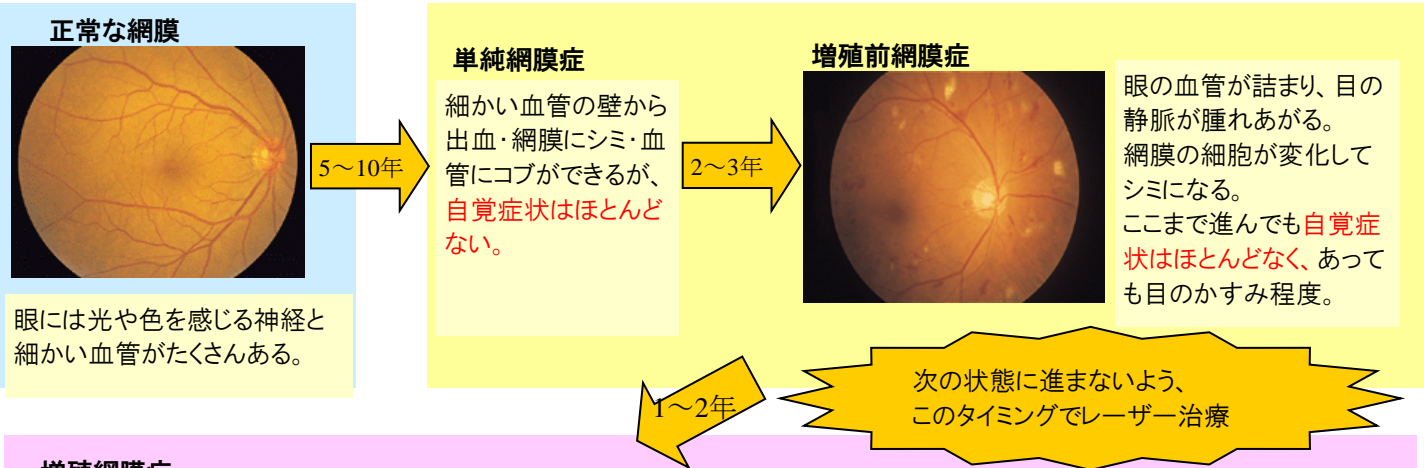


糖尿病 放っておいたらどうなる？～網膜症編～

糖尿病性網膜症って何？…糖尿病が原因で目の血管に異常をきたし、失明したり視野が欠けたりする合併症のことです。血糖のコントロールがよくない場合、**最短8年**で視力症状が現れます。

なんで糖尿病性網膜症になるの？ → 高血糖状態が続くと、血管の壁がもろくなり破れやすくなります。血管も詰まりやすい状態に。



増殖網膜症

重症な段階。
●血管の詰まりを補うため、とてもモロい血管が伸びる。
→出血が起き、黒い影やゴミの様なものが映る。
●異常な膜ができ、**網膜剥離**を起こす。
→視野欠損・物がゆがんで見える・高度の視力低下がおきる。
この段階では手術が必要！視力が回復しないこともある。

●網膜症のポイント

- 1、かなり悪化するまで、自覚症状はない！
- 2、ある日突然、目が見えなくなることも！
- 3、レーザー治療が効果的に悪化を食い止める！
- 4、レーザー治療はタイミングを逃さないことが大切！

眼科の定期受診があなたの視力を守ります。

網膜症の治療

(1) 網膜光凝固術(レーザー治療)
眼の酸素不足を解消し、モロい血管が作られないようにします。レーザー治療は早い時期であればかなり有効。将来の失明予防のために大切な治療です。

(2) 硝子体手術
網膜症が進行し、網膜剥離や出血が起こった場合に行われます。目の中の出血や増殖組織を取り除いたり、剥離した網膜を元に戻したりするものです。



糖尿病性網膜症にならないためには？

●**まずは、血糖のコントロールを！**
元々、**高血糖状態による血管のダメージが原因**です。日ごろから血糖値を適正に保ち、血管の負担を軽くすることが予防となります。糖尿病の治療は、「ほけんし☆なう はじめての糖尿病講座」をご参照ください。

●**定期的に眼科を受診し網膜の状態をチェック。**
糖尿病性網膜症には、レーザー治療という悪化を防ぐために効果的な治療方法があります。網膜症は、見えにくくなってきた頃にはかなり進行している事が多く、治療が困難である事も。1度悪くなってしまった網膜や網膜血管は、二度と元通りの状態に戻す事はできないのです。**適切な治療を受ける時期を逃さないで下さい。**

糖尿病 放っておいたらどうなる？～神経症編～

糖尿病性神経症って何？

…糖尿病が原因で、全身の神経の働きに異常をきたす病気です。
合併症のうち、一番初めに症状が現れるといわれています。
神経が全身に広がっているため様々な異常をきたします。
糖尿病の方々のうち、1/3は軽い神経症があるといわれています。



糖尿病性神経症はなぜおこる？

神経症がおこる理由は、

- ①高血糖で血液がドロドロになり神経に栄養が行きにくい
 - ②糖が神経繊維を変性するため
- の2つの説があります。

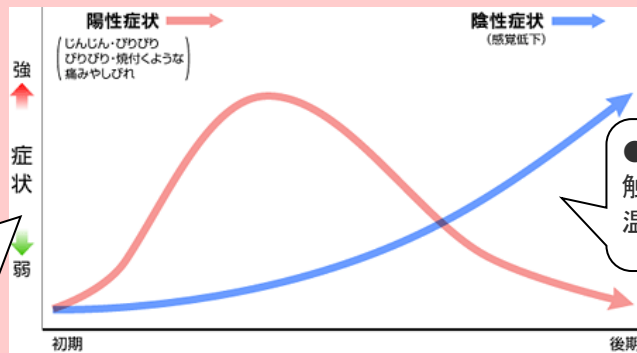
神経症は、痛みなどを感じる「**知覚神経**」と、内臓の働きや体温調節に影響する「**自律神経**」が侵されます。

糖尿病性神経症の症状

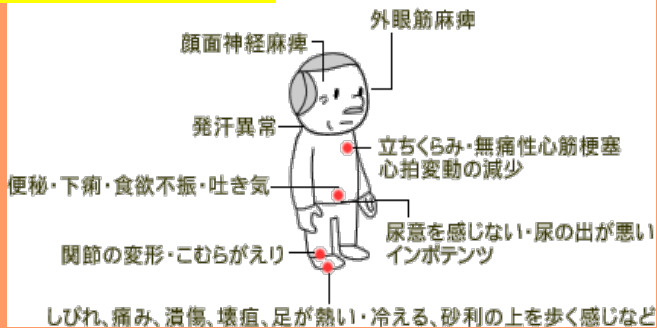
しびれや痛みといった**陽性症状**と、感覚がなくなる**陰性症状**があります。

○知覚障害

- 足の鈍い感じ・しびれる感じなどの違和感
- 一定の時間で繰り返す刺すような痛み
- ひりひり、じんじん、チクチクする痛み
- 締め付けられるような痛み
- 灼熱痛：持続的な焼けるような痛み
- 電撃痛：電気が走るような痛み
- 触れただけの刺激を痛みとして感じる



○自律神経障害



痛みは大切な感覚です。
痛みを感じないと、体の異常がわかりません。
「足壊疽」は、痛みの感覚がないために、傷にバイ菌が入っても気づかず腐ってしまった状態です。
腐った部分は元に戻らず、切断しなければなりません。

糖尿病性神経症にならないためには？

糖尿病性神経症の治療の基本は、血糖コントロールを良好に保つことです。**症状が軽い初期の頃は、血糖コントロールを正常化するだけで、神経障害の諸症状を改善することができる場合もあります。**

糖尿病の治療は、「ほけんし☆なう はじめての糖尿病講座」をご参照ください。

※神経障害の治療には、神経の変性を抑える薬があります。この治療は、一時的に痛みが悪化することがあります。そのことを理解し、痛みがひどくなったからといって自己判断で治療を中止せず、治療を続けるようにしましょう。