



糖尿病通信

糖尿病と上手にお付き合いするために

自分の身体を知ろう：神経障害を調べよう①

糖尿病3大合併症の一つとして重要な神経障害。今回は感覚神経の障害についてご紹介します。

1. 神経のいろいろ

神経は脳に情報届け、また、脳からの指令を体の各部分に伝えるため、全身に張り巡らされたネットワークです。脳と背骨の中を走る脊髄をまとめて中枢神経、中枢神経からリレーして、体の隅々に伸びている神経を末梢神経と呼びます。末梢神経には、手足を動かす運動神経、痛い、熱いなど感じたことを脳に伝える感覚神経。内臓の動きや発汗など、無意識に行われる働きを調整している自律神経の3種類があります。糖尿病の神経障害は末梢神経のなかでも感覚神経と自律神経に起こります。

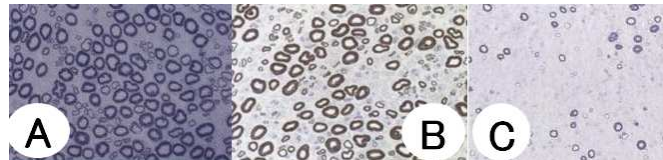
2. 糖尿病性の感覚神経障害

良く知られているのは足の裏から始まる、じんじんするしびれや、ぴりぴり、ちくちくといった痛みです。左右同じように起こり、次第にくるぶし、ふくらはぎと上がってきます。足の裏に紙がはりついたような感じがする、という方もいます。



手よりも足が先で、足にないのに手にしびれが起こってくれば、それは別の原因を考えます。糖尿病患者さんの30~40%に神経障害があると言われています。境界型糖尿病の人や、軽症の人にも、強いしびれが起こることもあります。(治療を始めたばかりの人に、強い神経痛が起こることもありますが、この場合は血糖の改善が進めば次第に収まります。)神経障害が進むと、感覚が鈍くなり、痛みも感じなくなります。こうなると、足に傷があっても気にならなくなり、放置してしまい、重症な壊疽になってしまうこともあります。

図 糖尿病患者さんの末梢神経の変化(神経の断面)



Aは正常例。丸い輪のように見えるのが神経線維。

たくさんの神経線維が束になって神経を作っている。

Bは初期の糖尿病患者。すでに減少している。

Cは神経障害が進行した患者。神経線維がわずかになっている。

こうなるともう痛みを感じない。

図は糖尿病神経障害の新知識 東京医学社より改変

3. 糖尿病性神経障害の検査

右のチェック表で7つ以上当てはまったら、主治医に相談し、足の検査を受けてみましょう。

①アキレス腱反射



②振動覚



自分でチェックしてみましょう

★ミシガン神経障害スクリーニング★

- 足の感覚がにぶい
- 今までに足に強い痛みを感じたことがある
- 足が何かに触れたとき、強く不快な感じがしたことがある
- よく足がつる
- 足にチクチクした痛みを感じたことがある
- 足が掛け布団にさわると痛い
- 風呂にはいったりシャワーを浴びたりするとき、温度がよくわからない
- 足の皮膚がくずれ、深い傷になったことがある。
- 医者から足の神経障害があると言われた
- いつも足がだるくて重い
- 夜になると足の症状が重くなる
- 歩くと足が痛い
- 歩いている時、足が地についていない感じ
- 足の皮膚が乾燥してひび割れたり血が出る
- 足の指の切断手術を受けたことがある。

7つ以上当てはまったら検査を受けよう

①、②の検査と自覚症状のうち、2つがあれば神経障害あり、と診断されます。

4. 糖尿病性多発神経障害の治療

まずは血糖のコントロールです。節酒、禁煙、高血圧の治療は予防のために重要です。治療薬のアルドース還元酵素阻害薬(キネダック)は初期でコントロールの良い患者さんほど有効です。また、痛みに対して新しく認められた薬もあります。 内科 柳澤 徳山