



糖尿病通信

—106—

糖尿病と上手にお付き合いするために

糖尿病と肺炎、肺結核、COPD

みなさんは肺の健診を受けていますか？

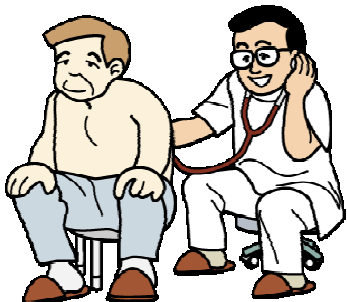
1. 糖尿病と感染症

糖尿病のコントロールが悪く血糖値が高いと、細菌やウイルスと戦う白血球の機能が悪くなり、感染症にかかりやすくなると言われています。感染症は糖尿病患者さんの死因として、がん、心血管障害に次ぐ3位です。

2. 肺炎

肺炎は、入院を必要とする感染症のなかで一番多いものです。冬季にインフルエンザが流行した際、肺炎を合併し入院するリスクは糖尿病でない方の6倍にも及ぶと言われています。せきやたんがひどい、高熱が続く、息苦しい、食事がとれずぐったりするなどの症状があったら早めに受診しましょう。予防のためのインフルエンザや肺炎球菌のワクチンを接種しましょう。ワクチンを接種していても、インフルエンザや肺炎の発症を完全に予

防することはできませんが、発症のリスクを下げ、重症化を予防する効果があります。上手に血糖コントロールし、糖尿病を良い状態に保ちましょう。



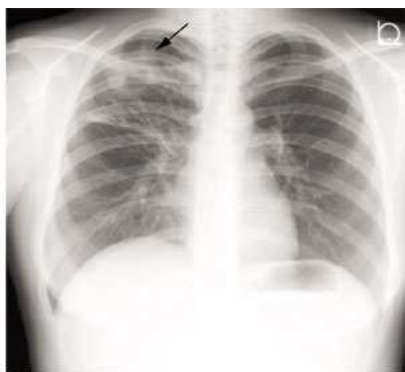
3. 肺結核

肺結核は過去の病気と思われるかもしれませんが、そうではありません。H23年には約23,000人が発症し、約2,000の方が命を落としています。特に糖尿病患者さんは肺結核のリスクが高く、5.6倍も発症しやすいと言われていますし、重症化しやすいので、要注意です。

肺結核はせきやたん、発熱(微熱)などの症状が長く続き、食欲不振や体重減少などの症状もあります。病気が進むと、息切れや血痰などが見られるようになります。結核菌はせきやくしゃみで飛び散るしぶきの中に入って、それを吸いこむことで感染が広がります。症状があっても病院に行かず、気付かれぬまま何カ月も放置されて、たくさんの人にうつしてしまうこともあります。感染しても免疫がしっかりしていれば発病しませんが、



糖尿病などで免疫機能が低下していると発病します。2週間以上せきや発熱が続いている場合は、かかりつけの病院で相談してみましょう。



結核の胸部 X 線写真

【写真提供：(公財) 結核研究会結核研究所 御手洗聡先生

4. COPD(慢性閉塞性肺疾患)

COPDは最近注目されている病気です。呼吸を行う肺の気道(空気が通る通路)や肺胞(酸素と二酸化炭素を交換する部分)に炎症がおこり、呼吸機能が障害される病気です。日本では8.6%の人にこの病気があるとされており、死亡原因の第4位です。

COPDの一番大きな原因はタバコですが、糖尿病などの生活習慣病とも関連があります。

血糖値が高いと、感染が起こりやすくなりCOPDを悪化させ

ます。COPDの患者さんが急性増悪した際、コントロール不良の糖尿病があると入院日数が延び、死亡率が増加します。また、気道の炎症や、COPDによる低酸素状態は血糖コントロールに悪影響を与えます。息切れのため運動も思うようにできなくなります。

喫煙歴のある方は健診や呼吸機能検査を受けて、COPDではないかチェックしましょう。そして、禁煙しましょう。

肥満は横隔膜の動きを妨げたり、睡眠時無呼吸症候群を発症したりして、呼吸機能を悪化させます。肥満を改善し、運動をし、心肺機能を高めましょう。

インフルエンザや肺炎球菌のワクチンを打って肺炎を予防することがとても大切です。 内科 柳澤 徳山

