



いわて医療通信 脳卒中に影響を与える疾患②

# なぜ血糖が高くなるの？

血糖値が上昇する原因はひとつではありません。どのような病気でも、親から受けついで体質と、生活している環境がからみあって病気が出てきます。

生活での積み重ねが大きく影響します。

患者さんのお話では、身内に糖尿病の方が数人いることが多く、やはり体質が影響しているようです。

糖尿病によくないといわれている生活習慣はいくつかあります。食べ過ぎ、飲みすぎ、不規則な食事・睡眠、運動不足などは、誰もが納得できるものだと思いますが、その他にも、ストレスがかかると血糖値が上がりやすくなることもわかっています。

また、体重の増加、特にお腹が出てくることが糖尿病につながります。しかし太った糖尿病患者の多い欧米人にくらべて、日本人はちょっとお腹が出てきただけで血糖値が上がりがちです。

血糖を調節しているホルモンに膵臓から分泌される「インスリン」があります。そもそも食べたものが吸収されて、血液にとけている糖分が血糖なので、血糖は生きていくために必要なエネルギー源なのです。このエネルギーのもとを、血管の中から筋肉や肝臓などに受けわたすのがインスリンの仕事です。

インスリンがうまくはたらかないと、血管の中

ドゥ糖は引き取り先が見つからずに、いつまでも血管の中を漂っているだけになります。このようにブドウ糖が血管の中でだぶついている状態が高血糖・糖尿病なのです。

血糖が上がってくる原因には、①インスリンのはたらきが悪い（欧米人に多いタイプ）②インスリンの分泌量が少ない（日本人に多いタイプ）のふたつが重要と考えられています。糖尿病の発症はインスリンが鍵をにぎっているということですね。

インスリンがうまくはたらかないと、血管の中

ドゥ糖は引き取り先が見つからずに、いつまでも血管の中を漂っているだけになります。このようにブドウ糖が血管の中でだぶついている状態が高血糖・糖尿病なのです。

血糖が上がってくる原因には、日々の生活

ドゥ糖は引き取り先が見つからずに、いつまでも血管の中を漂っているだけになります。このようにブドウ糖が血管の中でだぶついている状態が高血糖・糖尿病なのです。

糖尿病は生活習慣病とい

ドゥ糖は引き取り先が見つからずに、いつまでも血管の中を漂っているだけになります。このようにブドウ糖が血管の中でだぶついている状態が高血糖・糖尿病なのです。

われていますが、血糖値が

ドゥ糖は引き取り先が見つからずに、いつまでも血管の中を漂っているだけになります。このようにブドウ糖が血管の中でだぶついている状態が高血糖・糖尿病なのです。

