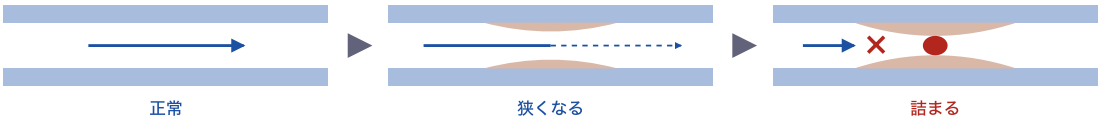
糖尿病の合併症 04

動脈硬化について

糖尿病では動脈硬化も進行しやすくなり、重要な臓器を走る太い血管の内側が狭くなっていきます。
太い血管が詰まると心筋梗塞や脳梗塞を起こし、命にかかわることがあります。

Q 太い血管の合併症とは何ですか



血管の壁が厚く硬くなり、内側が狭くなっていくのが**動脈硬化**です。

狭くなったり詰まったりすると、その先に血液が届かなくなります。
心臓なら狭心症・心筋梗塞、脳なら脳梗塞になります。
足では血流が不足して傷が治らず、**壊死（えし）や足の切断**につながります。

Q 細い血管の合併症と何が違いますか

神経・目・腎臓の合併症は**生活の質**に関わりますが、太い血管の合併症は**命に関わります**。

原因も違います。動脈硬化は血糖だけでなく、**高血圧・高コレステロール血症や喫煙**でも進行します。
血糖だけを下げていても防ぎきれません。

Q 痛みで気づけますか

糖尿病では、心筋梗塞でも胸の痛みがはっきり出ないことがあります。

痛みを伝える神経が傷んでいるためです。
「胸が痛くないから大丈夫」とは限らない、というのがこの合併症の怖さです。

Q どんなときに受診しますか

胸の圧迫感・息切れ・冷や汗	**いつもと違う**と感じたら我慢せず受診を。痛みがなくても心臓のことがあります
顔や手足の麻痺	ろれつが回らないときも同じです。**すぐに救急を**。脳梗塞は時間との勝負です
歩くとふくらはぎが痛む	休むと治まる痛みは、足の血流低下のサインです

Q 防ぐには何をしますか

血糖・血圧・コレステロールの管理と、禁煙が柱です。

なかでも**喫煙の影響は大きく、やめることが最も確実な対策**になります。

出典：日本糖尿病学会 糖尿病診療ガイドライン2024

診療目的での複製は自由に行えます。