

# これまで健診や医療機関で

## 「血糖値が高い」と言われたことはありませんか？

### こんな症状はありませんか？

- 足がつったり、しびれたりする
- トイレが近くなった
- のどの渇きをよく感じる
- 食後に急にだるくなったり、眠くなったりする
- ちょっとした傷が治りにくい
- よく食べるのに、体重が減っていく
- 目がかすむ

糖尿病は初期症状がほとんどありません。糖尿病を早期発見するには、健診などで定期的に検査を受けてチェックすることが重要です。

また、左記のような症状があれば、かなり糖尿病が悪いか、合併症が出ている可能性があります。1つでも当てはまった方は医療機関を受診しましょう。

まずは、かかりつけ医を受診しましょう。

医療機関や専門医の検索は裏面へ

## 糖尿病とは

- ✓インスリンの作用が不十分のため、血液中のブドウ糖が常に高くなる病気です。
- ✓インスリンを作るすい臓の細胞が自己免疫異常により破壊されて発症する1型糖尿病、遺伝素因に食や生活環境が重なって発症する2型糖尿病に分類されます。日本人の糖尿病の95%が2型糖尿病です。
- ✓血糖値が高い状態が続くことで、様々な合併症が生じます。

## 糖尿病と歯周病の関係

歯周病がある人は、糖尿病の治療が困難になりやすい。

糖尿病がある人は、歯周病になりやすく、重症化しやすい

歯周病菌の内毒素や炎症に関わる物質の増加

歯周病に感染しやすくなる

血液中のTNF- $\alpha$ が増加

血管がもろくなる  
血液の回りが悪くなる  
体の抵抗力が弱くなる

インスリンの効き目が悪くなる

糖尿病

TNF- $\alpha$   
炎症があるところで作られるたんぱく質。インスリンの働きを妨げる。

