

11月14日は 世界糖尿病デー



大分大学長特命補佐
大分大学医学部内分泌代謝・
膠原病・腎臓内科学講座教授
附属病院血液浄化センターセンター長
大分県糖尿病臨床医学会会長
大分県糖尿病療養指導士認定委員会会長

柴田 洋孝

新型コロナウイルス感染症の中で 糖尿病とどう向き合うのか

今年も11月14日は「世界糖尿病デー」です。世界の4億6300万人が糖尿病、11人に1人が糖尿病（2019年）です。糖尿病は深刻な病気ですが、しっかりと対処すれば克服できる病気です。2020年の世界糖尿病デーのテーマは「糖尿病と看護師」。看護師は世界の医療従事者の半分以上を占めており、糖尿病とともに生活している人々だけでなく、これから糖尿病を発症するリスクの高い人に対してもサポートが必要です。大分県では、私たち糖尿病専門医、糖尿病相談医は、看護師、管理栄養士、理学療法士の皆様とともに糖尿病に向き合っています。

今年の年初から一気に増え続けている新型コロナウイルスの感染者数は世界で4500万人、日本でも10万人に達しています（令和2年10月31日時点）。新型コロナウイルス感染症が猛威をふるっている今こそ、糖尿病にきちんと向かい合う必要があります。

新型コロナウイルス感染症は新型コロナウイルスによる感染症で命に関わるから怖い、でも糖尿病は生活習慣病で自覚症状もないので大丈夫と思われている方も少なくありません。糖尿病の方が新型コロナウイルスに感染しやすいということはありません。ただし、もし感染した場合は糖尿病があると重症化しやすくなるので注意が必要です。

また、それだけではなく、新型コロナウイルスに感染するのを恐れて、医療

機関を受診しなくなり、薬の内服が途絶えがちです。さらに、在宅勤務が増えて、身体を動かさなくなり、食事や間食の量が増えて、いつの間にか体重が増えてしまい気づいたら血糖値や血圧が高くなっている方も少なくありません。これでは、新型コロナウイルスに感染しなくても、糖尿病や高血圧が悪化してしまい、もし感染した時には重症化しやすい状況になります。

感染予防のために「ソーシャルディスタンス」をとろう、三密を避けようと言われており、人と人のつながりが分断されがちです。でもこのような状況の中ではWebやSNSなどのオンラインを通じて人と人がつながる「新しい正常（New Normal）」が世の中に生まれつつあります。私たちは、コロナに負けずに、「新しい正常」に素早く対応しながら、日常生活における食事や運動にあらためて注意をはらって、現在行っている薬物治療を中断せずに主治医と相談しながら継続していただきたいと思います。