

糖尿病神経障害について

糖尿病合併症の1つである神経障害とは、高血糖が続くことで、末梢神経の代謝に異常をきたして不必要な物質が溜まってしまったり、神経に栄養を与える血管が傷ついて血流が低下したりすることで、神経の働きが障害される病態のことを言います。神経には、皆さんが物を触って感じるのには“感覚神経”、手足を動かすのには“運動神経”、血圧の調整や消化管を動かすのには“自律神経”があります。血糖コントロールの悪化は、これらすべての神経に障害を与える危険性があるのです。さらに、神経障害は重篤な病気につながる場合があります。神経障害そのものが命に係わることは少ないですが、神経障害があることで、胸の痛みや足の傷の痛みが気づきにくくなり、心筋梗塞や足の壊疽による足切断等の重症になる場合があります。

神経障害の種類

感覚神経異常：両側の足先からのしびれや痛み、冷感などがおきる

ものに触れた時の感覚が鈍くなる（画びょうやガラスの破片を踏んでも気が付かないなど）

無痛性心筋梗塞（心筋梗塞がおきると胸痛がでることが一般的だが、心臓神経に障害があると痛みの症状がでないことがある）

自律神経の異常：胃不全麻痺（胸焼け、吐き気、食欲低下、消化不良などがおきやすい）

便秘や下痢がおきやすい

起立性低血圧（急に体を起こした時に血圧が下がって、たちくらみがおきやすい）

無自覚性低血糖（ふるえや冷や汗などの低血糖症状が起きにくく、低血糖の症状を自覚しづらい）

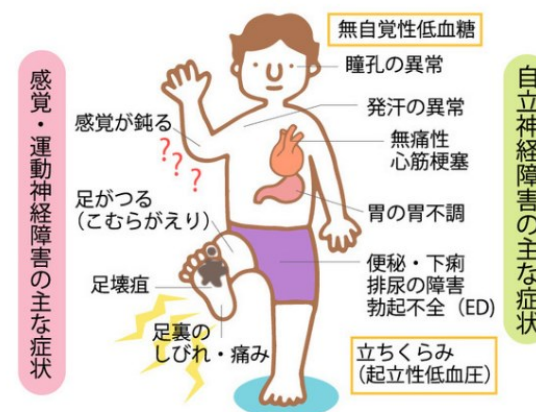
運動神経の異常：太ももやお尻の筋肉の萎縮や筋力低下

足の変形

上肢や下肢の痛みや痺れ症状



糖尿病神経障害の主な症状



—お願い—

糖尿病神経障害の問診や検査は、当院で実施しており、糖尿病患者さんは原則、年1回程度実施しています。その他に、採血時に、足のチェックも行っていますので、その際には、ご協力をお願いします。

検査の種類

- アキレス腱反射**：腱反射用のハンマーでアキレス腱を叩き、正常な反射が出るか確認します。運動・感覚神経障害の指標になります。
- モノフィラメント検査**：プラスチックのフィラメントで足底や足背を軽くさわって、感覚があるかどうか確認します。感覚障害の指標になります。
- 振動覚検査**：音を震わせて踝の内側にあてて、振動を感じるかどうか、何秒間振動を感じ続けるか確認します。感覚障害の指標になります。
- 心拍変動検査**：心電図検査のひとつです。心臓の拍動回数は、息を吸う時と吐く時で変化します。このような呼吸に伴う心拍のゆらぎは自律神経がコントロールしているので、心拍の変動が弱い場合には自律神経障害があることが疑われます。
- 神経伝導検査**：皮膚の上から神経を電気で刺激し、刺激の伝わる速度などを観測します。電気の刺激を与えるので、少し痛みを伴う検査です。症状の乏しい糖尿病神経障害（特に運動、感覚神経）の診断を行うのに有用です。

糖尿病神経障害で気を付けてほしいこと

- ・感覚障害や足の変形がある方は、足病変になり易いので、フットケアについてよく理解し、足の傷や感染が心配な時は早めに受診しましょう。
- ・定期的な心電図の確認も大切です。健康診断を受診しましょう。
- ・神経障害がすすんだ方は無自覚で低血糖を起こしやすい場合があります。低血糖の対応をしっかりと確認しましょう。
- ・神経障害があると、網膜症や腎症の発症や進展につながると言われています。定期的を受診し、糖尿病の他の合併症についてもチェックするようにしましょう。

糖尿病神経障害の予防するためには

糖尿病神経障害は、高血糖による神経細胞の変化と、動脈硬化を介した神経細胞への血流不足（栄養不足）から生じます。そのため、神経障害の予防は血糖コントロールと動脈硬化予防の両方を行うことが重要です。

具体的には、以下のものが糖尿病神経障害の発症や進展と関連があるとされています。

- ・血糖コントロールを適正に保つこと
- ・高血圧や脂質異常も血糖コントロールと同様に、適正に保つこと
- ・喫煙や過度の飲酒は避けること

