糖尿病は誰でもなりうる病気



あなたの理解が力になる！糖尿病を正しく理解しよう

糖尿病は、インスリンが十分に働かないために
慢性的に血糖値が高い状態が続く病気です。

1 型糖尿病

主に自己免疫等が原因となって、膵臓の細胞が壊れることで、インスリンがほとんど出なくなる糖尿病です。
不足したインスリンを補うため
インスリン治療が不可欠です。

2 型糖尿病

生活習慣だけでなく遺伝的な素因や社会環境要因が複合的に関わりインスリンの働きが弱くなったり、インスリンが出にくくなったりする糖尿病です。
食事療法、運動療法や飲み薬、場合によっては注射による治療を行います。

特定の機序、疾患によるもの

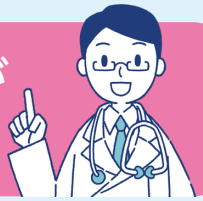
遺伝子異常、膵外分泌疾患、内分泌疾患、肝疾患、薬剤の影響などによる糖尿病です。

妊娠糖尿病

妊娠中に発見された糖代謝異常です。



糖尿病は、体質・社会環境など、さまざまな要因が係わる病気であり誰にでも起こり得るものです。





糖尿病の原因は、
生活習慣だけではなかったのか！

食事制限ということではなくて、
ちょうどいい食事をするってことだね

適切な管理で普通の
日常生活が可能なのね！

誰でもなりうる病気なのね！

病気のことを正しく知ると、安心につながるね

動画でご覧に
なりたい方はこちら

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

糖尿病の原因、病態などは様々です

正しい理解は、身近な人と自分を守ります



糖尿病について、知らず知らずのうちに
誤ったイメージを持っていませんか

原因

- 生活習慣だけで決まる病気ではありません
- 体型に関わらず糖尿病を発症することがあります
- 体質や環境など、本人の意思では変えにくい要因も関わります

病態

- 病気の状態は人によって様々です
- 症状がなくても、合併症が進んでいることがあります
- 予防や治療の進歩により、合併症は減ってきています

発症後

- 自分の状態に応じて、食事など生活習慣の工夫が大切です
- 治療を続けることで、糖尿病がないときと変わらず、人生や職業を選択することができます



糖尿病への向き合い方は人それぞれです。医師や専門職などと相談しながら、自分に合った治療やセルフケア、生活の工夫を続けることで、日常生活を送ることができます。

病気にまつわる誤解や偏見が、糖尿病のある人を傷つけたり、受診や治療の開始・継続を難しくしてしまうことがあります。このような誤解や偏見を「スティグマ」と呼びます。

社会全体で理解を深めるために

世界糖尿病デー（11 月 14 日）は糖尿病について正しく知り、理解を深めるための国際的な啓発デーです。この日を中心に、全国各地でブルーライトアップが行われています。ブルーは、「糖尿病とともに生きる人を社会全体で支える」という思いを表す色です。



正しい理解が支えになる

糖尿病は、適切な治療やセルフケアによって仕事・学業・家庭生活を続けることができる病気です。糖尿病があっても、工夫や支援により自分らしい生活を続けることができます。正しい理解は、糖尿病の治療を続けていくための支えになります。



詳しくはこちら

JIHS
国立健康危機管理研究機構