

ダイアベティス(糖尿病)があっても 「夢」を叶えられる社会をめざして ～新種の「クマ」にご注意!??～

国家公務員共済組合連合会 枚方公済病院 内分泌代謝内科 田中永昭

皆さんは、糖尿病（ダイアベティス）があることが理由で社会で不利益を受けたり、糖尿病があることを人前と言えなかったりした経験はありますか？

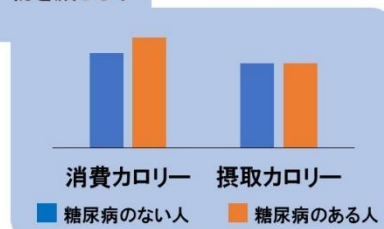
実際に、糖尿病があるというだけで、住宅ローンや生命保険の審査が通らなかったり、就職や昇進などに影響があったりした方もおられます。「糖尿病があったら合併症が出て長生きできないから」、「糖尿病があるのは自分が不摂生で自己管理ができないから」、こんなことを周囲の人や医療従事者からもよく言われるので、やっぱりそうなのかな、そうだったら今の状況でも仕方ないのかな、と思っていませんか。

端的に言って、これは私たちのいる社会全体が糖尿病に対して大きな誤解、偏見があり、それに基づいた様々な仕打ちによって、糖尿病のある人が不当な扱いや差別を受けていることに要因があります。このように、社会の大勢が一部のグループに対して差別を与え、社会全体で当然のように機能していることを「スティグマ」といいます。このやっかいな「クマ」は、あらゆる社会に根深く住みついており、立場の強いものから弱いものへと一方的に危害を加え

るものです。糖尿病がある人に対するスティグマを「糖尿病スティグマ」といい、近年日本糖尿病協会（JADEC）と日本糖尿病学会は、合同で糖尿病スティグマ撲滅のための活動（アドボカシー活動といいます）を行っています。

糖尿病のある人は食べ過ぎているのですか？

いいえ。
糖尿病のある人となない人では、1日の摂取カロリーと消費カロリーに違いはありません。
食べすぎではないし、食べ物を減らしすぎる必要もありません。



(Yoshimura et al. J Diabetes Investig. 2019)

「糖尿病になるのは生活習慣が悪いせいだ」と言われますが、これば大きな誤りです。実際、糖尿病のある人となない人では、1日の食事摂取エネルギー、1日の消費エネルギーがそれぞれほぼ変わらないことがわかっています。つまり、糖尿病になりやすい体質というものがあり、皆さん一人一人の姿かたちが違うのと同じように、様々な素因が複雑に絡み合って形成されるものです。血糖値を適切に調節するのに必要なインスリンの作用不足をきたしやすい体質

によって、慢性的に高血糖が続き、糖尿病が発症します。

「糖尿病があったら長生きできない」も誤りです。最近の報告では、糖尿病がある人となない人では、病院で亡くなった時の死亡時年齢に差がないことが明らかになっています。

糖尿病があったら長生きできないのですか？

いいえ。
糖尿病があっても、治療を続けてい
れば、周りの人と同じように長生き
できます。
(病院での死亡時年齢での比較)



(中村ら、糖尿病 2024より作図)

ですので、少なくとも現在の医療水準で、適切に糖尿病の治療を続けていれば、糖尿病があっても長生きできるということです

「血糖値が悪いからもっと頑張りなさい」と医療従事者から叱られたという経験をされた方もいらっしゃるでしょう。最近では、スティグマ撲滅の観点から、医療従事者の糖尿病のある人に対する接し方、関係性についても見直す活動が行われています。医療従事者が勝手に抱く「糖尿病患者はこうあるべき」患者理想像に、一人一人の糖尿病のある人を押し込めるようなかわり方は、効果がないだけでなく、医療従事者が患者さんにスティグマを与えかねません。お互いの知識や考え方を尊重し、共通の治療目標を話し合っていていくような関係性が重要視されています。

どんな病気であれ、病気があるかないかで人の値打ちが決まるような社会ではあってはなりません。どんな病気でも、その発症や治療の難しさを、患者さんの自己責任と結び付けるのは科学的ではありませんし、医療の現場からも受け入れられません。病気があることを恥ずかしいと思わせる社会のほうがおかしいでしょう。例えば、がん、高血圧、心臓病などのある人が、病院やクリニックで「あなたの治療の結果が悪いのはあなたの努力が足りないからだ」と叱責されたり、病気があるというだけで社会で不当に差別されたり、その病気があることを恥ずかしく思って周囲に隠したりすることがあるでしょうか。糖尿病であれ、他のどんな病気であっても、その病気とともに充実した生活を送り、活躍する人を社会全体で応援してほしいと思います。糖尿病に対する正しい理解が進みますと、糖尿病のある人が前向きに治療に取り組みやすくなりますし、社会全体を大きく変える原動力にもなります。糖尿病スティグマ解消のためのアドボカシー活動への、皆様のご協力をお願いいたします。

枚方公済病院 内分泌代謝内科では

糖尿病スティグマが生まれないように、最大限配慮した医療・ケアの提供を心がけています。皆様のお困りごとをしっかりと聞かせていただき、皆様が本当に進みたい方向、かなえたい人生の目標について話し合います。その実現のために、ともに歩んでいきたいと考えています。