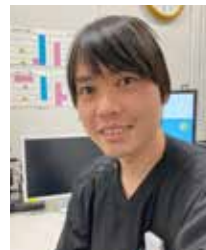




小児糖尿病について

知ってほしいこと



小児科医師

谷川 渉
たにかわ わたる

糖尿病と聞くと、「中高年の不摂生による病気」という印象を持たれる方が多いのではないのでしょうか。今回は、最近問題となっている小児糖尿病についてご紹介します。

糖尿病とは、膵臓から分泌される血糖値を調節するホルモン「インスリン」の働きが不十分なために血液中の糖を利用できなくなる病気です。自己免疫などが原因でインスリンの分泌ができずに発症する1型糖尿病と、肥満や運動不足によりインスリンの効果が減弱して発症する2型糖尿病に分かれます。小児では1型の患者さんが多いですが、近年、食の欧米化や運動量の低下に伴い、2型の患者さんが増加しています。特に最近では新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、日常的な活動量が低下していることが問題になっています。米国では、コロナウイルス流行前と

比較し、19歳以下の2型糖尿病の入院数が2倍に増加したという報告があり、今後は日本でも同様の現象が起きる可能性があります。

2型糖尿病は、発症予防が可能な疾患です。食事は1日の摂取カロリーを意識し、適正体重を維持することが重要です。ただし過剰な食事制限は成長の妨げとなるため注意しましょう。運動は有酸素運動と筋力トレーニングを組み合わせて行うと効果的です。血縁者に糖尿病患者さんがいる場合は発症リスクが上昇するため注意しましょう。
糖尿病の初期症状は口渇・多飲・多尿など、自覚しにくく家族も気づきにくいものです。早期の治療により重症化を防ぐことができますので、気になる症状がある場合には、早めに医療機関へ相談されることをお勧めします。

その口臭、歯周病かも。 対象者は歯と歯肉の健診が無料

健康増進課

☎ 0538-3712011
FAX 0538-3514586



あなたの口の中で歯と歯肉の間に住み着いた菌の放つ臭いが漂っていませんか。口臭が発生する原因の一つに歯周病があり、歯周病は歯を失う原因の第1位です。

市は、対象者を指定して3000円相当の「歯と歯肉の健診（成人）」が無料で受けられるサービスを実施しています。対象となっている方は、この機会をぜひご利用ください。

▼対象者

- 次の年齢に該当する市民の方
- 40歳（昭和57年4月1日）～
昭和58年3月31日生
- 50歳（昭和47年4月1日）～
昭和48年3月31日生
- 60歳（昭和37年4月1日）～
昭和38年3月31日生
- 70歳（昭和27年4月1日）～
昭和28年3月31日生

▼内容
歯周病やむし歯の健診、あなたの
お口にあったケア方法のアドバイス

▼受診方法
受診券に記載されている歯科医院
に予約し、受診してください。

※40歳、50歳の方は無料券を4月
に送付します
※60歳、70歳の方は健康増進課へ
電話にてご連絡ください
▼健診料金
無料

対象年齢の方は
無料で健診を受けられる
チャンスだよ！

