

## 糖尿病と感染症



糖尿病患者さんが増え続けていることを踏まえ、平成18年から毎年11月14日を「世界糖尿病デー」とし、世界各地で糖尿病の予防、治療、療養について啓発活動を行っています。当院でも、糖尿病サポートチームが中心となり、毎年その時期にイベントを開催しています。今年度は新型コロナウイルス感染症の終息が見えないことを鑑み、イベント開催ではなく、情報誌という形で、地域の皆様に糖尿病に関してお伝えしていければと思います。「糖尿病と感染症」というテーマのもと、当院糖尿病サポートチームの各診療部門より3月まで毎月お送りいたします。ぜひ楽しみに。今月号は糖尿病サポートチームの看護部よりお伝えします。

糖尿病の人、特に血糖コントロールが不十分の人は、かぜ、膀胱炎・腎盂腎炎といった尿路感染症・性器感染症、白癬（水虫）・カンジダ症といった皮膚炎、歯周病といった「感染症」にかかりやすいといわれ、以下の5つが理由と言われています。

### <糖尿病の人が感染症になりやすい5つの理由>



#### ① 免疫機能の低下

体内にウィルスや細菌が侵入した時、それらを食い殺す働きをする好中球が、高血糖の時には働きが悪くなります。

#### ② 免疫反応の低下

一度感染すると体内では抗体を作られ、次に同じ病原体が侵入しようとしたとき、それを防ぐ仕組みが高血糖の場合弱まります。

#### ③ 血流が悪くなる

高血糖では、細い血管の血液の流れが悪くなります。血液の流れが悪くなると、細胞の働きが低下し、白血球が感染部位に到達しにくくなり、感染しやすくなります。また、感染で受けたダメージの回復にも時間がかかります。

#### ④ 血糖値がいつもより上昇する

細菌類に感染すると、インスリンを効きにくくする物質が多くなり、血糖値はいつもより上昇します。このことが、糖尿病の状態をより悪くし、感染症をさらに進行させてしまうという悪循環が生まれます。

#### ⑤ 糖尿病の合併症である神経障害が感染・悪化の一因に

神経障害があると、内臓の活動が乱れやすく、膀胱炎や胆嚢炎の原因になります。また、痛みを感じる神経も障害されるので、症状が現れにくく感染症に気づくのが遅れ、その間に病気が進行してしまいます。

## <糖尿病の人がなりやすい感染症、その予防・対策>

### 尿路感染症・性器感染症

女性に多く見られます。陰部のかゆみや排尿時痛、残尿感、腰痛、発熱といった症状が現れます。尿道から感染し、膀胱炎、腎盂腎炎と重症化します。

#### 予防

- 水分を積極的にとり、定期的にトイレへ行く、陰部を清潔にする、排便後は前から後ろに拭くといったことで予防していきます。
- SGLT2阻害薬は、尿の中に糖を排泄し、血糖コントロールしてくれるお薬ですので、内服中の方は常に陰部を清潔に保つようにしましょう。陰部に違和感を感じた場合は、主治医にご相談ください。



### かぜ、肺炎、結核

風邪をこじらせると気管支炎や肺炎を起こすことがあります。風邪症状のほかにも、重症化すると胸痛や呼吸困難、結核では痰に血液が混ざることもあります。

#### 予防

- こまめに手洗い、うがいをし、予防接種は積極的に受けましょう。



### 歯周病

口臭、歯茎の腫れ、歯がぐらぐらするといった症状が現れ、口の中は慢性感染症といわれる状態です。糖尿病の人は歯周病になりやすく、歯周病のために血糖コントロールが改善しにくくなります。



#### 予防

- 歯間ブラシ、フロスを使って毎日歯磨きをしましょう。
- 定期的に歯科受診をしましょう。



### 皮膚感染症・足病変

皮膚だけでなく爪にも起こる白癬(水虫)や皮膚のただれ、かゆみ、痛みなどのカンジダ症などを全身に起こりやすく、特に唇や陰部など、皮膚の薄いところに症状が現れます。水虫は、潰瘍へと進行する恐れもあり、壊疽の原因となります。



#### 予防

- 毎日入浴し、体を清潔にしましょう。また、足の手入れや毎日足の観察をすることも予防につながります。

【 JR 仙台病院糖尿病サポートチーム 高橋 齋藤 近江 】

どなたでもご利用いただける病院 JR 仙台病院 022-266-9671