

**糖尿病と
認知症**

Q 糖尿病になると認知症にもかかりやすいといわれますが、どうしてですか。

A

年を取って物忘れしやすくなるのはよくある

ことですが、糖尿病があると認知症が発症・進行しやすくなり、認知症の6割を占めるアルツハイマー型認知症には1.5倍、2割を占める脳血管性認知症には

2.5倍かかりやすくなる可能性があります。

糖尿病の特徴であるインスリンの作用不足により脳が糖を取り込みにくくなったり、アルツハイマー病の原因物質のアミロイドベータがたまりやすくなったりすること、さらに動脈硬化の進んだ方が多いことなどがその理由です。また、脳のエネルギー源はブドウ糖なので重症の低血糖も認知症のリスクを高めます。特に高齢の方では低血糖が自覚されにくくなっており、血糖を下げすぎる可能性のある薬はできるだけ避けることやコントロール目標を緩めにすることも必要です。糖尿病で勧められる食事・運動療法は認知症予防にも有効で、脳と体を同時に使う運動は脳の老化防止に効果的といわれています。



年を取って物忘れしやすくなるのはよくあることですが、糖尿病があると認知症が発症・進行しやすくなり、認知症の6割を占めるアルツハイマー型認知症には1.5倍、2割を占める脳血管性認知症には2.5倍かかりやすくなる可能性があります。

糖尿病の特徴であるインスリンの作用不足により脳が糖を取り込みにくくなったり、アルツハイマー病の原因物質のアミロイドベータがたまりやすくなったりすること、さらに動脈硬化の進んだ方が多いことなどがその理由です。また、脳のエネルギー源はブドウ糖なので重症の低血糖も認知症のリスクを高めます。特に高齢の方では低血糖が自覚されにくくなっており、血糖を下げすぎる可能性のある薬はできるだけ避けることやコントロール目標を緩めにすることも必要です。糖尿病で勧められる食事・運動療法は認知症予防にも有効で、脳と体を同時に使う運動は脳の老化防止に効果的といわれています。



高知高須病院
糖尿病内科・腎臓内科部長
吉本 幸生さん

高知市大津乙2705-1 TEL088-878-3377 (糖尿病内科)