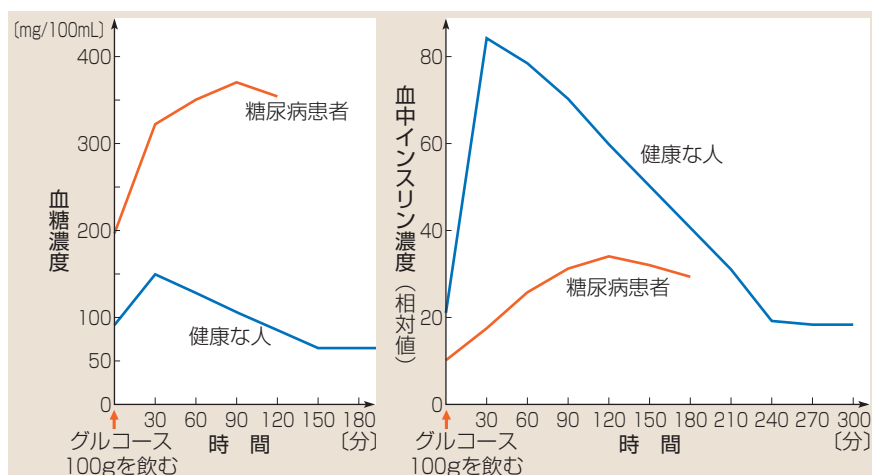


**C インスリンと糖尿病** 糖尿病とは、すい臓からのインスリン分泌量が不足するなどして、慢性的に血糖濃度が高くなる病気である(図 25)。慢性的な高い血糖濃度が原因となり、さまざまな症状があらわれる。例えば、腎臓で原尿中のグルコースの再吸収が追いつかなくなり、尿中にグルコースが排出されることがある。

資料学習(⇒ p.125)を通して、血糖濃度の変化について理解を深めよう。



▲ 図25 血糖濃度とインスリン濃度の変化 健康な人では、血糖濃度が増加するとインスリンが分泌され、やがて血糖濃度は正常値に戻る。

## 参考 生活習慣と糖尿病

主な糖尿病には1型と2型がある。1型糖尿病は、すい臓のB細胞が破壊され、インスリンが分泌されなくなることにより起こる。糖尿病の多くが2型糖尿病である。2型糖尿病においては、遺伝、加齢、生活習慣などが原因となり、インスリン分泌量の低下や細胞のインスリンへの反応性の低下が少しずつ起こり、その結果、血糖濃度が高くなる。高い血糖濃度が長期間続くと、血管が変性して血流が低下し、それは、脳・眼・心臓・足・腎臓・皮膚など、さまざまな器官において障害の原因となる。2型糖尿病は喫煙、肥満、運動不足が引き金になりやすい。数百万人の日本人が2型糖尿病やその予備軍である。糖尿病になりにくい生活習慣を身につけるよう、皆が心がけたい。