

糖尿病の予防や治療に向けた啓発の取り組みが、県内でも広がりつつある。本県の糖尿病死亡率(2016年)は人口10万人当たり14・2人で、全国ワースト

## 徳島県の死亡率 全国ワースト8位

天満病院(徳島市藏本町)は今秋、患者同士の交流会を初めて開き、患者と家族ら約30人が楽しみながら糖尿病について学んだ。参加者は、病院が提供した弁当を食べながら対戦形式でクイズに挑戦。「(弁当には)野菜が何ヶ入っているか」「ご飯以外に血糖値が上がりやすい食材は」といった質問に答えながら、「食物繊維を多く取るため、根菜類を使う」「だしをしつかりと取って減塩する」などと、調理のポイントを学習した。運動が苦手な人向けのオリジナル体操も紹介された。

糖尿病になると好きなものが食べられなくなると考えがち。しかし、工夫次第では無理なく食事を楽しめる。同病院では、患者会を通じて栄養相談や運動教室などを充実させる方針だ。日頃の困りごとや悩みごとを患者同士で共有し、治療への意欲を高めてもらうのが狙いという。

患者には、来院ごとの検査データや相談記録、血糖

## 予防・治療へ啓発広がる



運動が苦手な人向けの体操を学ぶ交流会の参加者  
=9月、徳島市の天満病院(同病院提供)

## 糖尿病理解深めて

14日は「世界デー」

8位。全国平均の10・8人を大きく上回っており、糖尿病について、県民が一層理解を深める必要がある。14日は「世界糖尿病デー」。

これまでワースト1位を記録した。14年以降は7位、5位、8位と推移しており、最悪の状況は脱したかに見える。しかし、糖尿病専門医の天満

医師は「他県で患者が増えただけで、県内の患者が減ったわけではない。真に患者を減らしていく取り組みが必要だ」と指摘する。

糖尿病は自覚症状がない場合が多い。県糖尿病専門医会の代表を務める天満仁医師(49)は「病気に気付いていない人が半分、知つていて治療しない人がその半分で、しっかり治療している人は4分の1程度」と説明する。長く放置すると腎症にかかるなど、深刻な合併症を引き起こすだけになる。

このため、病気に対する自覚がない人への啓発が課題となっている。天満医師は「無料の血糖測定など、地域に密着したイベントを通じて病気に気付く機会を増やしたい」と話している。(廣井和也)

メモ

徳島県の糖尿病  
「病死」率は19

93年から2013年まで、07年を除いて20年にわたり、ワースト1位を記録した。

+