

日本の働き盛りのサラリーマンに、糖尿病や高血圧、心疾患（心臓病）などの「運動不足病」が増えています。

糖尿病患者は、40歳以上の10人に1人と推測され、自覚症状が出にくくので治療が遅れることが多い。放置するとシビレ・痛みなどの神経障害、動脈硬化、脳卒中、心筋梗塞、腎症、網膜症、足壊疽（えそ）などの合併症を引き起します。

昨年の秋、厚生省の調査で「糖尿病が強く疑われる」と判定された人のうち、治療を受けていない人は約55%でした。糖尿病は「自己管理の病気」とも言われ、持つて生まれた体質と運動不足、過食、肥満、ストレスなどが関係して発病します。

糖尿病患者は、脾（すい）

## 心とからだの栄養

能岡 浄 [7]

ントロールすれば、恐れることはありません。糖尿病は、脾（すい）から分泌されるインスリン（血糖値を調節するホルモン）の量が不足する（若年者に多い、イン

り進行した後に増える）のが効力は低下し、有病率はややすい、食べやすいなどの自覚があります。しかし、高血糖が5~10年続いて引き起こし、初回の場合もありまスリンが効きにくくなります。二、遺伝・父母などが糖尿病の場合、体质は遺伝すると考えられます。三、肥満：（特に内臓脂肪型）肥満はインスリンの働きを悪くする原因とされています。糖尿病の場合は「氣を病む」で、病気の悪化や治療には「精神状態」が密接に関係します。ですから【医者は病気を治すのではなく病人を治すべきだ】と

分泌されたインスリンの本来、人体内には自然に返らされる。そこでそのものを厳しく細かく観察します。そして、信

じる「精神状態」が密接に関係します。ですから【医者は病気を治すのではなく病人を治すべきだ】と

病気治療のための休養で「ちょっと待て、お前そんな」と良いのか」と仮想に呼び止められ、

病気治療のための休養で「ちよっと待て、お前に会って」「ちよっと待て、お前に会って」というのが医療です。

病気は「氣を病む」で、病気を治すのではなく病人を治すべきだ」と

病気治療のための休養で「ちよっと待て、お前に会って」「ちよっと待て、お前に会って」というのが医療です。

（大阪府立看護大学医学部・助教授）