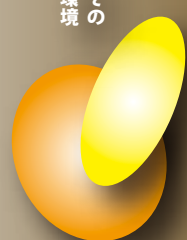


性差による糖尿病の違いとは

ここ日本では、糖尿病は女性よりも男性に多いことが統計などからわかっています。どうしてそのような性による違いが生まれるのでしょうか。ここでは日本人の糖尿病を、性ホルモンや社会環境の側面から解説します。



【疫学的にみた性差】

糖尿病は、性差、人種差によって違う

糖尿病は遺伝子要因と環境因子が組み合わさり発症する、多因子病である。日本でのいろいろな統計などからみる男女の糖尿病の有病率は1:0.4~0.6で、男性のほうが糖尿病の発症が高いといわれています。また発症率を年齢階層別男女別に考えてみると、50歳代以降から男性の頻度がとても高いことがわかっています。アジア諸国における報告でも、糖尿病の有病率は男性のほうが女性に比べ頻度が高いといわれていますが、ヨーロッパや北米諸国では女性の方が高頻度であるという報告があります。糖尿病の有病率は、性別の差や民族の違いによって遺伝的背景、あるいは環境因子が異なる可能性が考えられます。

日本での糖尿病の傾向

糖尿病は大きく4つに分けて1型糖尿病、2型糖尿病、その他の特定の機序・疾患によるもの、妊娠糖尿病に分類される。

糖尿病の数%を占めると言われている1型糖尿病は、膵臓のβ細胞の破壊により膵臓からインスリンが出なくなること

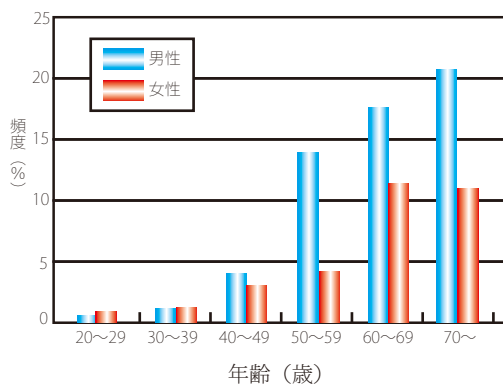
で発症する糖尿病です。原因は自己免疫症、ウイルス感染、特発症(原因不明)とされており、これは若年発症が多い型です。日本における15歳未満の1型糖尿病の発症率は1.5人/10万人で、どの年齢においても女性の発症率が明らかに高いのです。ただこの原因はいまだ明らかにはなっていません。

2型糖尿病は日本人の90%以上を占めており、中年以降の発症例の多くはこの型である。遺伝が強く関係しているといわれており、他には過食、肥満、運動不足、ストレス、加齢などの複数の因子が絡み合うとインスリン分泌が低下したり、インスリンの感受性が低下(インスリン抵抗性)して2型糖尿病を発症する。中高年以降では男性の有病率が高くなっているが、これは肥満が糖尿病を惹起する主要な原因であり、わが国では男性のほうが女性よりも肥満傾向が強いことが原因の一つであると考えられる。BMI

(Body Mass Index) $\text{BMI} = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)}^2}$ (肥満度を表す指標で国際的に有名な計算方法があるが、戦後の日本はすべて30~69歳のいずれの年齢においても約1.5倍増加しているが、女性では20歳代、30歳代において、むしろやせ型の割合が約2倍に増えているのが現状である。男性の2型糖尿病の発症率は50歳代から増加するが、女性は60歳代か

ら増加している。女性のBMIは50歳代以降から大きくなっていくこと、および閉経後は糖尿病になりやすい傾向になることが関係している可能性がある。そのメカニズムはまた後述したい。

日本人の年齢・性別による糖尿病の有病率



BMIを計算してみよう!

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m)²

例)

身長 170cm・体重 70kg →
70 ÷ 1.7² = 24.22

BMIによって肥満かどうか、またその度合いが分かります。

BMI 25~30 未満	肥満 1度
30~35 未満	2度
35~40 未満	3度
40 以上	4度



このミルヘルメイトは、毎月1回発行する予定でしたが、勝手な都合により、2ヶ月に1回の発行になることが決定致しました。またそれに伴い、9月号のクイズ当選者の発表は、12月号にて掲載させていただきます。中には、心待ちにしておられたお客様もいらしたのではないかと思います。何卒みなさまのご理解の程、宜しくお願い申し上げます。