

## 1型糖尿病とは

1型糖尿病は、原因はまだはっきりしていませんが、膵臓のインスリンを作る細胞が破壊されることで発病します。暴飲暴食や運動不足などの生活習慣病とは全く関係ありません。日本では生活習慣に起因する2型糖尿病の割合が高く1型糖尿病の患者は少ないため、理解を得られない現状があります。1型糖尿病の年間発症率は、10万人あたり1～2名で、小児に発症することが多いため以前は「小児糖尿病」といっていました。また、インスリンを外から補わなければ生命を維持できないため、「インスリン依存型糖尿病」といわれていたこともあります。

1型糖尿病では、不足するインスリンを注射より補うことや、運動や食事とのバランスにも気をつけ、意識的に血糖値をコントロールすることが大切です。最近ではインスリン製剤や注射器などの機器が生活にあわせて使いやすいものが開発され、コントロールも昔に比べるとしやすい環境になってきました。

医学や医薬品の発展で、将来「完治」する病気になるのも夢ではありません。その時がくるまでは、コントロールに気をつけて合併症を引き起こさないようにしていきましょう。

糖尿病では食事制限で悩む方が多いのですが、1型糖尿病の場合は2型のように厳格な制限の必要はありません。バランスのとれた食事を仕事や運動量に応じて適量とるように心がけ、食べる量にみあうインスリン注射を行いましょう。

また、食品によっては急激に血糖値を上げたり、ゆっくりあげて持続するものなどがありますので、食事や栄養について学習することが大切です。



小児糖尿病

## 広島「もみじの会」



### 事務局

〒741-8551  
広島市南区霞1-2-3  
広島大学病院小児科気付

TEL 082-275-5212

FAX 082-257-5214

★ 広島「もみじの会」 ホームページ  
<http://hiroshima-momiji.sakura.ne.jp>

★ 広島「もみじの会」 e-mail  
[mail@hiroshima-momiji.sakura.ne.jp](mailto:mail@hiroshima-momiji.sakura.ne.jp)

## 1型糖尿病

(小児糖尿病)の方へ



小児糖尿病

## 広島「もみじの会」

## 患者・家族の皆様へ

子どもさんが思いもよらない糖尿病という病気と診断され、大変ご心配のこととお察しいたします。

主治医より、現在の医学では完治せず、一生インスリン注射をしなければならないといわれた時の気持ちは皆同じです。健康に育つのだろうか、将来社会生活をしていけるのだろうかなど、不安ばかりが先に立ちます。

そうした不安を乗り越え、私たちとともに前向きに生きていきましょう。1型糖尿病と上手につきあうためには少し努力が必要です。しかし、上手な付き合い方がわかれば、普通に健康な人と同じ生活ができます。



### 「みんなで解決！もみじの疑問」創刊号より

発症時をどう乗り越えてきたかについてある保護者のアドバイスです

病気と分かって落ち込まない人は一人もいないと思います。「何がいけなかったのだろう。」「どうしてうちの子だけがこんなことに・・・。」と、なかなか病気を受容出来ない日々が私も続いていました。

でも、そういう思いをいつまでも引きずってはいは、一番つらい思いをしている子どもに対して良くないと自分自身に言い聞かせ、とにかく病気について知ろうと思いました。また、同じ病気を持つ親の方とお話する機会を積極的に持って色々な体験談をお聞きすることで、少しずつ前向きにがんばっていきこうという気持ちになりました。自分だけで不安なことや悩みを抱え込まずに、家族に気持ちを話したりして聞いてもらうという周りの人の支えも必要だと思えます。

## 広島「もみじの会」とは

広島「もみじの会」は、1990年4月8日に広島ロイヤルライオンズクラブ様のご支援をいただき、1型(小児)糖尿病患者およびその家族を中心として結成しています。患者の子どもたちが、1型糖尿病とともに、前向きに生活する中で、自立していくことを目標としてお互いに助け合い、支えあう活動をしています。

また、全国組織 IDDMネットワークとの連携を行う中で、患者と家族の生活が保障されるよう、医療と福祉の充実を図るための活動も行っていきます。

## 主な活動

- ・ サマーキャンプ
- ・ 秋のレクリエーション
- ・ クリスマス会
- ・ 1型糖尿病の学校生活を考える  
(教員対象研修会)
- ・ 総会
- ・ 医療講演会



当会では、1年間を通してさまざまな楽しい行事を行っていますので、同じ病気を持つ多くの仲間と出会うことができます。1人で悩まず、どうぞお気軽にご連絡ください。病気に対する悩みや不安を相談できる仲間を見つけませんか。連絡をお待ちしております。

## 入会のご案内

■詳細は事務局までお問い合わせください。ホームページでは会則等も掲載しております。

### ■年会費

正会員(1家族)	¥5,000(20歳未満)
	¥4,000(20歳以上)
賛助会員(協力者)	¥3,200

### ■入会申し込み

患者氏名(ふりがな)・生年月日・性別  
保護者氏名・郵便番号・住所・電話番号  
学校名(学年)・病院名(主治医)  
をお知らせください。

個人情報は、会報発送や会の活動に関する連絡の目的に使用し、それ以外に利用したり、外部に提供することはありません。



小児糖尿病  
「広島もみじの会」

入会希望の方は、  
e-mail・ホームページにてご連絡ください。また、FAXにて事務局からも申し込みができます。

### お問い合わせ世・申し込み先



★ 広島「もみじの会」ホームページ  
<http://hiroshima-momiji.sakura.ne.jp>

★ 広島「もみじの会」e-mail  
[mail@hiroshimamomiji.sakura.ne.jp](mailto:mail@hiroshimamomiji.sakura.ne.jp)

● 事務局 FAX 082-275-5214