

平成 19 年 4 月 1 日発行

第 119 号

編集／発行 医療法人社団 康寿会 加藤内科医院

〒421-0301 静岡県榛原郡吉田町住吉 303-1

Tel: (0548) 32-0701 緊急用: 090-1758-1712 Fax: (0548) 32-1280

「アンチエイジング(抗加齢)研究、最近の話題 - 健康への思いを託して -」

—年齢は船団方式的に 肉体年齢・精神年齢・血管年齢で規定される—

「アンチエイジング」という言葉は、健康体についてのテレビなどのマスコミ報道での「若返り」のイメージが強く、一般の方には「しわをとる」とか「肌をすべすべにする」というイメージが強いかも知れません。確かに、でたらめ言い放題・いい加減に、「アンチエイジング」を流行語として使用している例が多いのも事実ですが、日本語で訳しますと「抗加齢」。最近、我々医療人は、この分野の研究を熱心に進めており、新しい知見にあふれております。

〇〇年齢といったとき、一般的には「肉体年齢」「精神年齢」が問われますが、最近「血管年齢」がクローズアップされております。糖尿病の三大合併症(し・め・じ)、し:神経症 め:網膜症 じ:腎症はすべて「細かい血管(最小血管)」の障害で起こってきますし、虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞)・脳卒中(脑梗塞・脳出血)は「大血管」の障害です。血管年齢は大きな老化の要因の一つです。

我々が「アンチエイジング(抗加齢)」を語る時、個人の年齢は、船団方式的に、「肉体年齢」、「精神年齢」、「血管年齢」の中の一番弱いところに規定されてしまいます。肉体も精神も血管も、ある部分が突出して年取ることなく、年齢相当の緩やかな老化を、すべての部分、すべての臓器で、均等

に、可能な限りゆっくりと成していくこと。これが究極的なアンチエイジング(抗加齢)です。食・運動をはじめとする生活習慣、今のあなたの生活そのものがエイジングを進めるか遅らせるか、第一のポイントになります。また、最近の医学の進歩により、同じ血圧を下げる降圧剤にしても、心臓・腎臓をはじめ、血管に対してまでもエイジング(老化)を遅らせる、保護する作用を合わせもつ薬剤の選択が大きく問われる時代となりました。さらに、高脂血症のコントロールにおいても、薬剤の進歩により、より厳格な基準が示されるようになりました。

今回の第 74 回陸会では「アンチエイジング最近の話題」その後「欧米の医者がアンチエイジングの為、何を飲んでいるか」「糖尿病患者さんのアンチエイジングの為の薬物選択」についてお話しします。

「食・運動をはじめとする生活習慣の改善」これが、糖尿病を含め生活習慣病の最大のポイントです。しかし、極端な言い方をすると、血糖のコントロールが不十分であっても、無茶苦茶な生活であっても、「薬剤による血圧・高脂血症のコントロール」は、アンチエイジング(抗加齢)の為の大きな要因として作用します。愚かでも、最近の薬剤の力は偉大です。 加藤寿夫

「第74回 睦会 4月21日(土)プログラム」 (12:30 開場 13:00 開始 吉田町立図書館にて)

1. 「三大合併症（し・め・じ）の1つである『神経症』について」

糖尿病の三大合併症について、普段より（し・め・じ）とお話しておりますが、し:神経症 め:網膜症 じ:腎症の合併症の「初期症状」あるいは「検査での異常所見」は、HbA1cが8%で経過したとすると一般的に（し・め・じ）の順番で3年、5年、10年程度の経過で出てきます。

今回は「し:神経症」について、主に薬物治療のお話をします。糖尿病性神経障害による最初の症状は平均的にHbA1cが8%で経過すると3年程度で、神経の先端であり血流も行きにくい「足先」で「両側性」に「感覚障害」として起こります。初期のうちには血糖コントロールで改善が望めますし、神経障害の唯一の根本的な治療薬である「エパルレスタット」内服にて効果を示すことが多いです。しかし、これ以外の「血流改善薬」「ビタミンB12」「漢方製剤」等は、どちらかというに対処療法的な治療法といえると思われれます。神経症をはじめ、合併症を起こさないためには、何より初期の血糖コントロール、痛くも痒くもない無症状で経過する初期の血糖コントロールが大切です。

糖尿病性神経障害が進行すると「自律神経障害」が起こり、日常生活に支障が生じます。この状態での薬物療法(→次号 康寿診報第120号にて説明)は、ほとんどすべての薬剤が対処療法的な治療法となりますし、薬物の効果を十分発揮させることが困難になってきます。また、血糖の調節機構においても神経・ホルモンの反応が鈍り「無自覚性の低血糖」を起こしたり、痛みが鈍り心筋虚血の痛みを感じないで「無痛性の心筋梗塞」となったり、「足の壊疽」を起こしたりします。

特殊な、神経症として単発性に神経が障害を受ける場合があり「眼筋麻痺」「顔面神経麻痺」等を起こすことがありますが、一般的には数週から数ヶ月の経過で軽快することが多いです。

2. 「3人の患者さんの治療経過 ー本院通院中の患者さんの経過報告ー」

(糖負荷試験が物語ること・インスリンが減量・中止とできる症例のバックグラウンド)

糖負荷試験(GTT)の結果を含め、インスリン分泌の状態・肥満度・過去から現在にいたる生活習慣などの状況から、栄養指導の内容・薬剤選択の意図・治療の必要性を説く医療従事者と無自覚の患者さんの現実での葛藤を考えてみてください。

3. 「アンチエイジング(抗加齢)研究、最近の話題」

「アンチエイジング」という言葉は、一般の方には、「しわをとる」とか「肌をすべすべにする」というイメージが強いかも知れませんが、日本語で訳しますと「抗加齢」、この分野の研究は最近著しく進んでおります。年齢といったとき「肉体年齢」「精神年齢」が問われるのと同時に、最近では「血管年齢」がおおきくクローズアップされております。今回は「アンチエイジングの最近の話題」のお話と、その後に、実際「欧米の医者がアンチエイジングのため何を飲んでいるか」「糖尿病患者さんのアンチエイジングのための薬物選択」について考えてみます。

糖尿病神経症の薬物治療

- アルドース還元酵素阻害剤
 - ・キネダック（エパルドース）
- 血流改善薬
 - ・プレタール（シロスタゾール）
 - ・オパルモン（オプチラン）
 - ・プロサイリン ・アンブラーグ
- ビタミンB12
 - ・メチコパール（メチクール）
- 漢方製剤
 - ・八味地黄丸(7) ・牛車腎気丸(107)

「病気でない」≠「健康」



「Anti-Aging アンチエイジング」という言葉

Anti- 接頭語「反対・敵対・対抗・排斥の意」

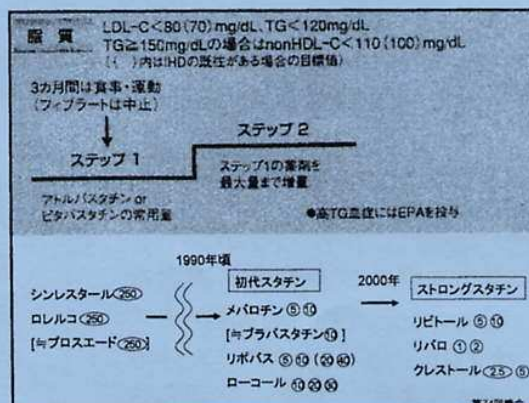
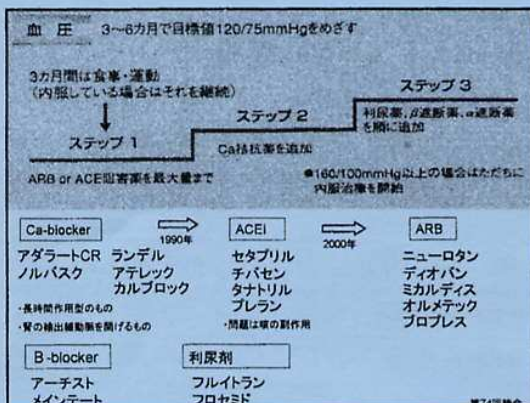
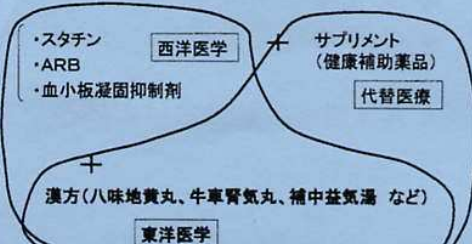
Age 年を取る、ふける、古くなる
 <ワイン・チーズを>ねかす、熟成する

He is aging rapidly. (彼は急にふけこんできた)

〇〇年齢といったとき 肉体年齢・精神年齢 血管年齢

欧米の医師がAntiaging

(≡自分の健康)の為に、何を飲んでいるか



第74回陸会で紹介するスライドの抜粋です。
 今、あなたに処方されている薬が何であり、どのような位置づけにあるのか。確かめてみてください。