

閉経後に動脈硬化症のリスク増 女性の糖尿病対策

～20代から80代の女性1345人にアンケートを実施～
糖質オフ・低糖質食品の購入経験者は7割以上

女性のための生活情報紙「リビング新聞」を発行するサンケイリビング新聞社（所在地：東京都千代田区、代表取締役社長 和田直樹）では、「女性の糖尿病」についてアンケートを実施（※1）。2月24日号のリビング新聞（大阪・兵庫142万9761部発行※2）で、「糖質オフで糖尿病予防」を特集しています。

有病者数が1000万人、今や国民病といわれる糖尿病は、高血糖が続くことで発症。糖尿病自体は自覚症状はありませんが、怖いのは合併症。特に女性は、閉経後、血管をやわらかく保っていた女性ホルモンの減少で動脈硬化症のリスクが高くなるなど、糖尿病発症後の合併症に注意が必要です。

調査結果から、空腹時血糖の測定を含む健康診断を毎年受診している割合は40代から増加、4割から5割に。対策として、「野菜・食物繊維の摂取を多めに」に続いて「糖質制限」が票を集めました。また、糖尿病対策に関わらず、7割以上の方が「糖質オフ」「低糖質」の食品を購入したことがあると答え、認知が広がっています。

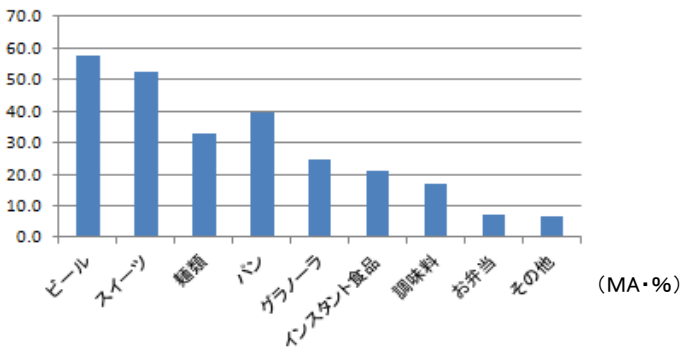
■空腹時血糖の測定を含む健康診断の頻度 (SA・%)

年齢	毎年受けている	2年に1度程度	3年に1度程度	受けたことがない
20代	23.6	8.2	1.8	61.8
30代	32.9	6.1	4.6	50.0
40代	44.6	8.1	1.8	36.8
50代	51.2	8.1	0.7	30.7
60代以上	53.7	10.2	4.5	25.4

■糖尿病対策で実行していること (MA・%)

年齢	カロリー制限	糖質制限	野菜・食物繊維を多めに	運動・ストレッチ	禁酒・減酒	その他
20代	29.8	51.1	70.2	38.3	27.7	4.3
30代	28.8	45.2	66.4	30.8	7.5	8.2
40代	25.6	39.4	76.9	21.9	8.1	6.3
50代	30.0	48.6	72.9	37.9	8.6	5.7
60代以上	37.1	50.5	85.7	48.6	10.5	3.8

■糖質オフ、低糖質など購入したことがある商品



《特集記事では》

日本糖尿病学会認定糖尿病専門医で、北里大学北里研究所病院糖尿病センター長の山田悟先生に取材。「糖尿病」の解説や対策、「糖質が高い食材・低い食材は？」「子どもや高齢者の糖質制限は大丈夫？」「お菓子がやめられません！」など、アンケートに寄せられた糖尿病に関する疑問への回答を掲載しています。

また、公式サイト「リビング大阪Web」では上記情報に加え、正しい理解を促すため、正解者の中から抽選で5人に2000円分の商品券が当たる「糖尿病クイズ」も実施しています。

リビング大阪Web <http://r.living.jp/mrs/osaka/0224tou>

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社サンケイリビング新聞社 編集1部 担当：北村・森下
TEL:06-6647-2034 FAX:06-6647-2094 E-mail: ktmrrika@sankeiliving.co.jp

※1 アンケートは2017年12月21日～2018年1月10日に、リビングWebで実施。有効回答数1345(20代～80代女性・全国)

※2 (社)日本ABC協会「フリーペーパー発行社レポート2017年1月～6月」の地区別分析部数に基づく