

## 2 型糖尿病患者の生活習慣パターンが心腎代謝に影響

生活習慣のパターンが心腎代謝パラメータに与える影響については不明である。本研究では、心臓血管病の既往がない 2 型糖尿病患者を対象に、生活習慣因子と心腎代謝パラメータとの関連を調べる横断研究を行った。

外来にて 2 型糖尿病の治療を受けている、心臓血管病の既往がない日本人患者 726 例を対象とした。因子分析により、対象者の生活習慣因子は次の 3 つに分類された：【パターン 1】生活リズム（夜型または朝型）、睡眠の質、抑うつ状態 【パターン 2】食事によるエネルギー摂取量、喫煙や飲酒の習慣 【パターン 3】運動習慣。分析の結果、パターン 1 では夜型の生活リズムで睡眠の質が悪く、抑うつ状態の患者では、HbA1c 値や空腹時血糖値が高く、アルブミン尿がみられた。パターン 2 のエネルギー摂取量が多く、喫煙や飲酒の習慣がある患者では  $\gamma$ -GPT、中性脂肪、HDL コレステロール、血圧の各値が高かった。パターン 3 の運動量が多い患者では尿酸値が低く、ALT や AST 値の軽度上昇が認められた。

したがって、2 型糖尿病患者では食事や運動などの生活習慣因子だけでなく、夜型・朝型の生活リズムや睡眠の質、抑うつ状態の有無も心腎代謝の指標に影響することが示された。

出典：PloS one. 2017; 12(3): e0173540.