

2025.9.4

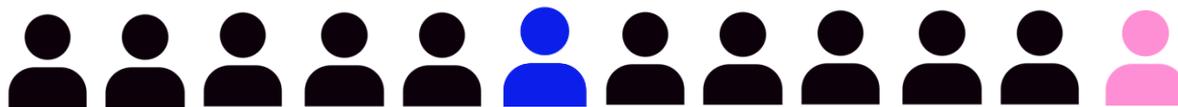
# 糖尿病とステイグマ

神戸大学

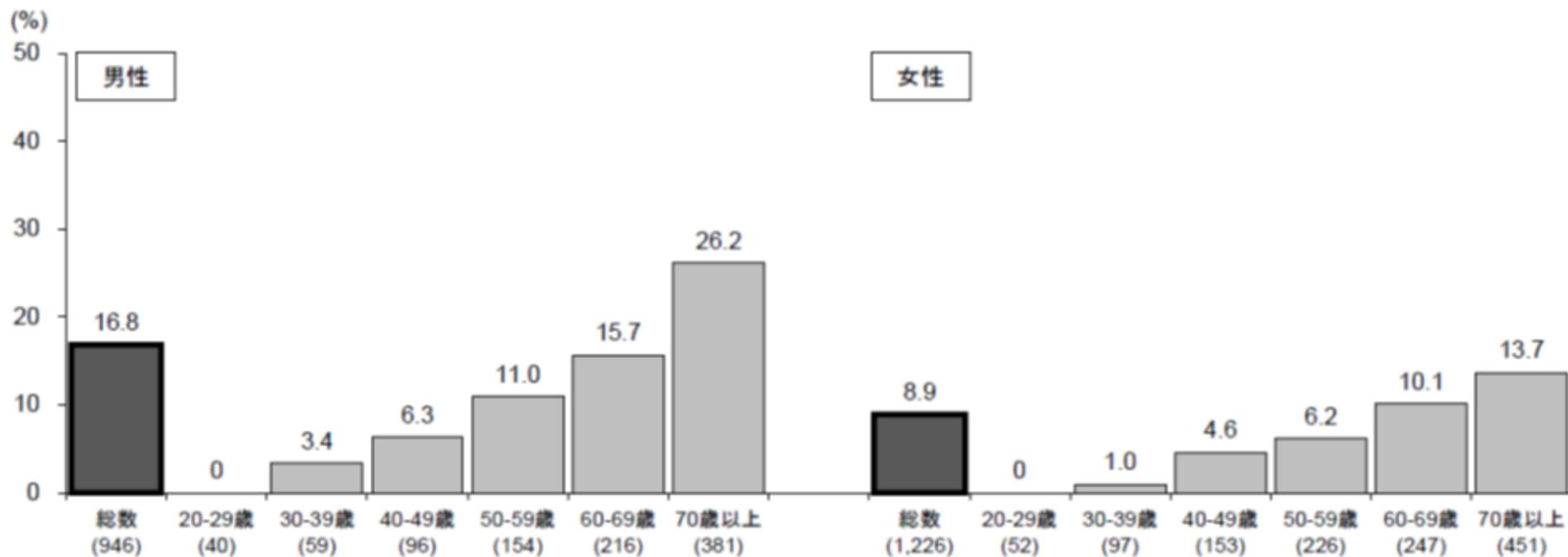
インクルーシブキャンパス&ヘルスケアセンター 保健管理部門

大村 高希

# 糖尿病を持つ人の割合は男性6人、女性11人にひとり

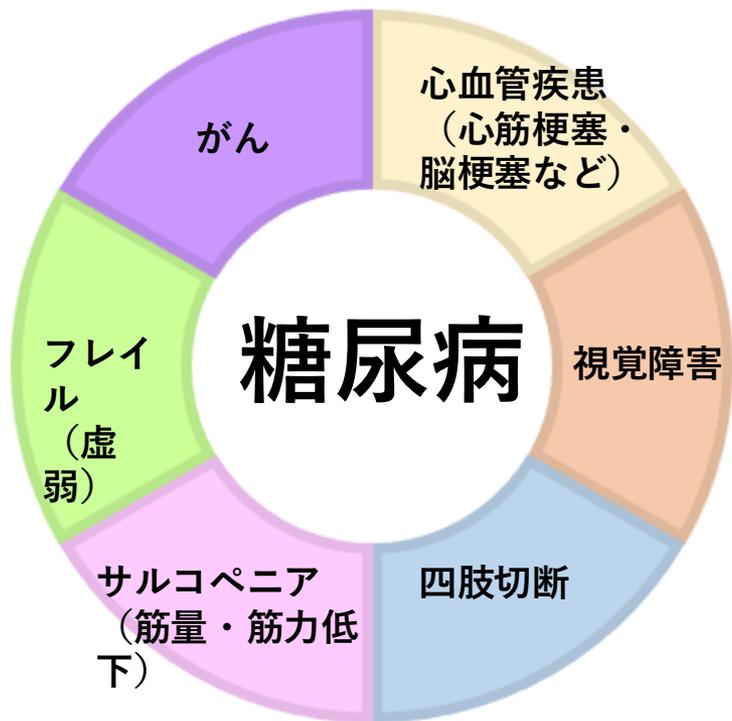


## 「糖尿病が強く疑われる者」の割合（20歳以上、性・年齢階級別）



出展：厚生労働省「令和5年(2023)国民健康・栄養調査」の結果（令和2,3年は調査中止）

血糖管理が不十分の場合、無症状のまま合併症が進行し、  
生活の質や寿命に大きく影響する



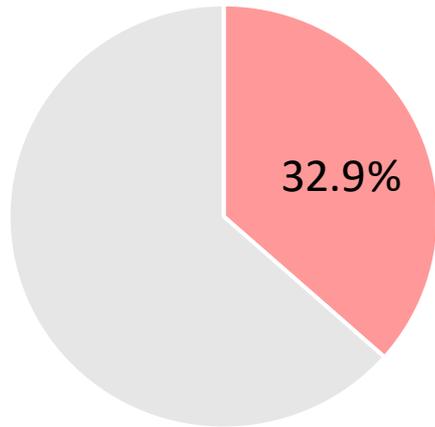
早期発見早期治療でQOL低下を食い止める

糖尿病とともに“無理なく長い人生を歩む”時代



# 2型糖尿病の方のなかには、 コントロールに関わらず羞恥心を感じている人がいる

2型糖尿病患者 (n=510) 日本



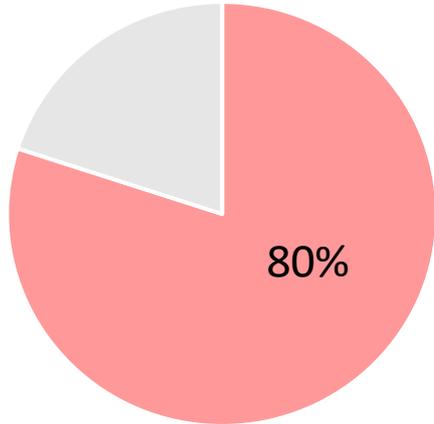
32.9%が糖尿病に関連する**羞恥心**を経験

糖尿病に関連する羞恥心を経験した人は、WHO-5スコア（精神的ウェルビーイング指標）が有意に低い（ $p < 0.001$ ）。しかし、HbA1c値には有意差は認めなかった。

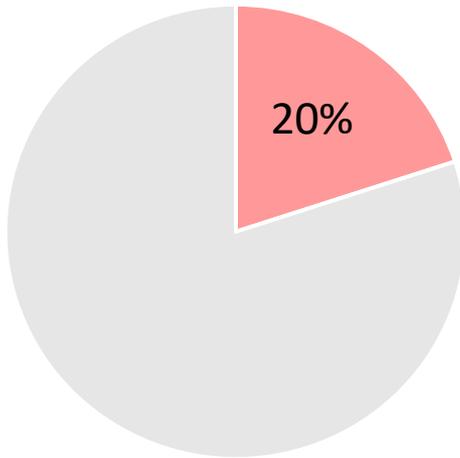
女性、若年成人、大学卒業資格のない人、自己効力感の低い人、経済的負担や外的プレッシャーを強く感じている人は、糖尿病に関連する羞恥心を経験するリスクが高い。

# 糖尿病の方が感じている陰性感情は世界共通

## 学際的専門家パネル調査：世界



成人糖尿病患者の約5人に4人 (=80%) がスティグマ (非難・病気や負担であるという認識・恐怖や嫌悪感) を経験



約5人に1人 (=20%) が差別 (不当な扱い) を経験

# Stigmaとは：恥・不信用のしるし、不名誉な烙印

個人の特徴を一般的に否定的なカテゴリーと結びつけてレッテルを張り、認識すること

個人の社会的アイデンティティが不当に損なわれる  
身体的障害、精神疾患、文化的な相違などを社会的価値の低いものとみなし、  
見下す

【医療従事者がstigmaに関連した行動をとると、患者さんに起こりうること】

- ・ケアを受けることを避ける
- ・ストレス
- ・治療計画に参加しない
- ・医療従事者とのコミュニケーション不足

# 意識的に注意しないと・・・



## 【スティグマをもたらすことばの見直し】

見直すべきことば (赤字)	置き替えることば (文脈によって使い分ける)
療養指導	治療支援、治療サポート、医療、治療、啓発
指導	支援、教育、相談、アドバイス
糖尿病患者	糖尿病のある人、糖尿病がある人、糖尿病とともに歩む人
血糖コントロール	血糖管理、血糖マネジメント
服薬 (注射) コンプライアンス、アドヒアランス	服薬 (注射) 実施率
健康な人と変わらない生活	糖尿病のない人と変わらない
生活習慣病	※使用しない、生活習慣病を一括りにしない

# 糖尿病の語源

- ・紀元前2世紀 カップドキアの**Areteus**が'**Diabetes**（サイフォン、溢れ出す）'と命名
- ・紀元前の中国では「黄帝内経素問」、「金匱要略」に記載されている「消渴」が糖尿病を指し、日本でも消渴と呼ばれていた。  
<東洋・西洋ともに、紀元前は“尿”という文字は使わずに表現されていた>
- ・18世紀に**William Cullen**によって"**Diabetes Mellitus**（mellitus:蜂蜜のよう）"と名付けられた。
- ・1792年「西説内科撰要」にてオランダ語の原典の**Diabetes, pisvloed**を「尿崩」と翻訳  
(pis=尿、vloed=洪水) “尿”が初登場
- ・1872年「内科摘要」では尿崩症との区別から「**蜜尿病**」と記載
- ・1907年の第4回日本内科学会講演会にて「**糖尿病**」と統一された

(羽賀、三輪 糖尿病、2006)

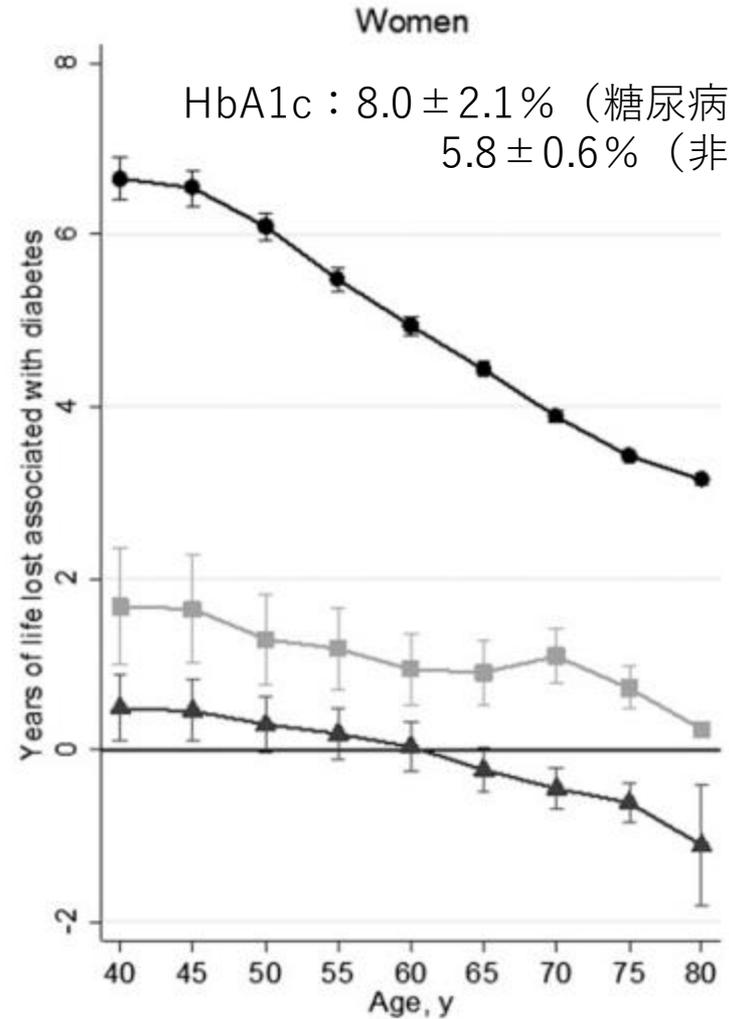
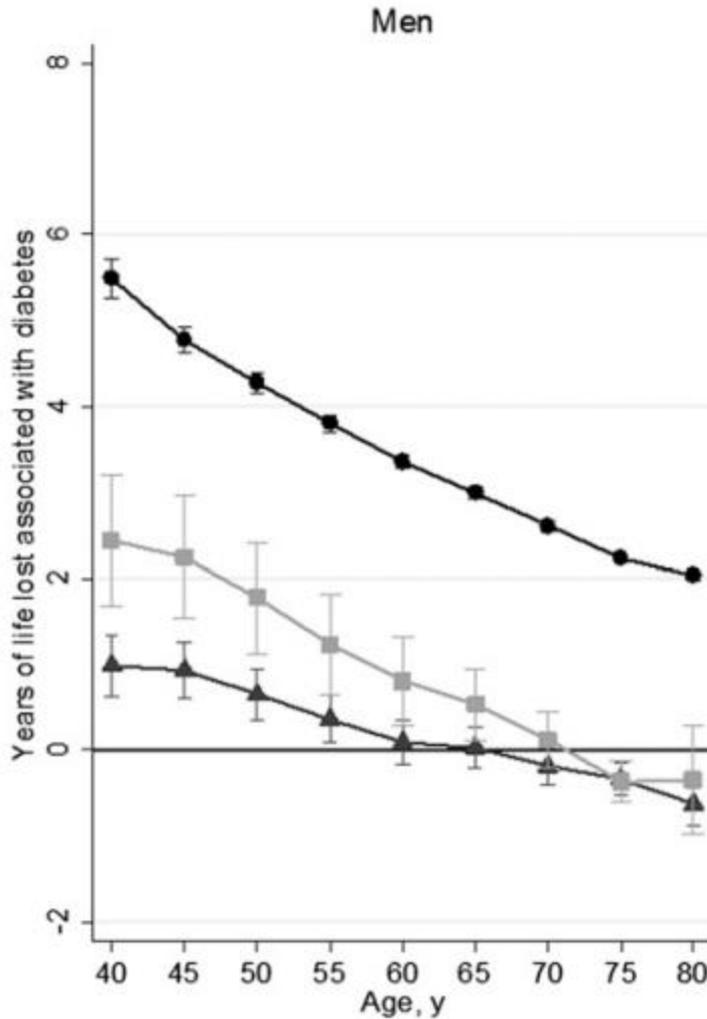
# 糖尿病のスティグマの類型

表 1 糖尿病のスティグマの類型

	社会的スティグマ (社会的規範からの逸脱, レッテル)	乖離的スティグマ (模範的な糖尿病患者のイメージからの乖離)	自己スティグマ (自尊心の低下)
経験的スティグマ (実際の経験)	<ul style="list-style-type: none"><li>• 生命保険に加入できなかった</li><li>• 住宅ローンを断られた</li><li>• 就職できなかった</li><li>• 寿命が短い</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 間食を咎められた</li><li>• インスリンを拒否すると叱責された</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 「糖尿病」の病名や診療科から受ける印象</li><li>• 想定外の治療成果に対して医療者に「すみません」と謝り、自己を卑下する</li></ul>
予期的スティグマ (スティグマへの恐れ)	<ul style="list-style-type: none"><li>• 糖尿病のことを上司・同僚、時に家族にも言わない</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ししぶ注射をしている</li><li>• 隠れ食いをする</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 宴会や会合に行くのをやめる</li><li>• 誰にも相談しない</li></ul>

# 「糖尿病患者の寿命は10年短い」は本当か？

糖尿病患者と非糖尿病患者の年齢別平均余命の差



● White    ▲ Asian    ■ Black

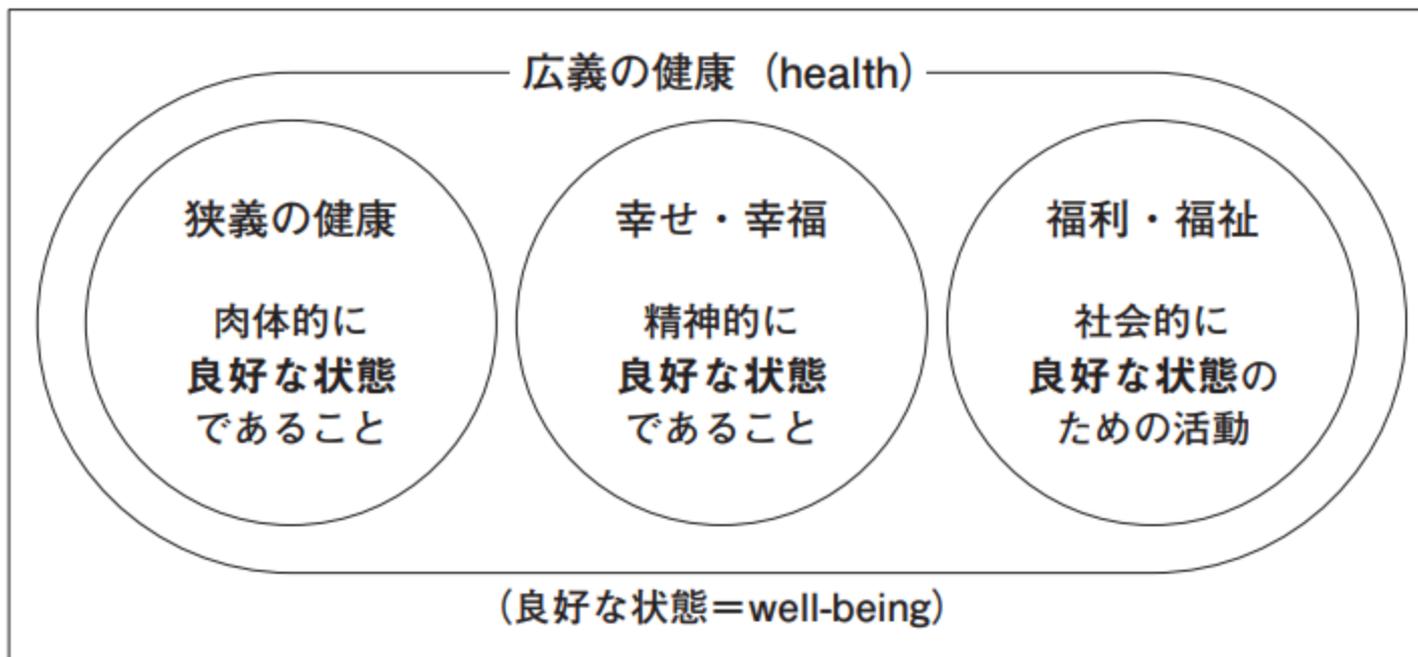
# 糖尿病と歩むひとのウェルビーイングを阻む問題

糖尿病患者の

- ・ **77%**が何らかのメンタル不調を自覚
- ・ **75%**が現状以上の心身サポートを求めている  
【2024年 国際糖尿病連合報告】



# WHOによる健康の定義(1948年) にWell-beingが登場



健康とは、肉体的、精神的及び社会的に完全に良好な状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない

“Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity”

# 糖尿病と歩むひとのウェルビーイングを阻む問題

糖尿病患者の

- ・ **77%**が何らかのメンタル不調を自覚
- ・ **75%**が現状以上の心身サポートを求めている  
【2024年 国際糖尿病連合報告】



- ・ 専門医・専門施設不足
- ・ 医療格差
- ・ 医療費負担増加

医療リソースに付随する問題

# 糖尿病に関する検査実施割合(年1回以上)の算出

	全体 (%)	都道府県		学会施設認定有無	
		最低 (%)	最高 (%)	認定無し (%)	認定有り (%)
HbA1c・グリコアルブミン	96.7%	95.1%	98.5%	96.7%	97.4%
網膜症	46.5%	37.5%	51.0%	44.8%	59.8%
尿定性 (200床未満のみ)	67.3%	54.1%	81.9%	66.8%	92.8%
尿アルブミン・蛋白定量 (200床未満のみ)	19.4%	10.8%	31.6%	18.7%	54.8%

# 糖尿病と歩むひとのウェルビーイングを阻む問題

糖尿病患者の

- ・ **77%**が何らかのメンタル不調を自覚
- ・ **75%**が現状以上の心身サポートを求めている  
【2024年 国際糖尿病連合報告】

## 社会ネットワークが抱える問題

- ・ スティグマ
- ・ デジタルデバイド
- ・ ライフスタイルの変化
- ・ 情報空間の汚染  
(糖尿病情報の信頼性危機)

## 地域

家庭・友人

職場



糖尿病と歩むひと

## 医療機関

- ・ 専門医・専門施設不足
- ・ 医療格差
- ・ 医療費負担増加

## 医療リソースに付随する問題

2025年度 しのはら財団 研究助成

# 糖尿病とあゆむウェルビーイングの新しい形 ～大学生の力で支える未来に続く支援ネットワークの構築～

日本糖尿病協会マスコットキャラクター

「マールくん」



神戸大学

インクルーシブキャンパス&ヘルスケアセンター 保健管理部

門

患者さんや家族を丸く包み、  
みんなのつながりを広げるキャラクター

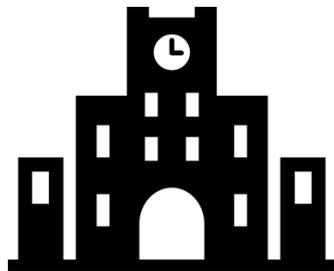
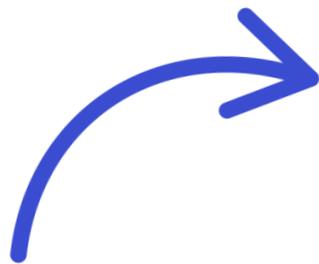
# 糖尿病に関する家族の共通理解が、患者さんのウェルビーイングに与える影響を検証する臨床研究です

## 社会ネットワークが抱える問題

- ・ スティグマ
- ・ デジタルデバイド
- ・ ライフスタイルの変化
- ・ 情報空間の汚染  
(糖尿病情報の信頼性危機)

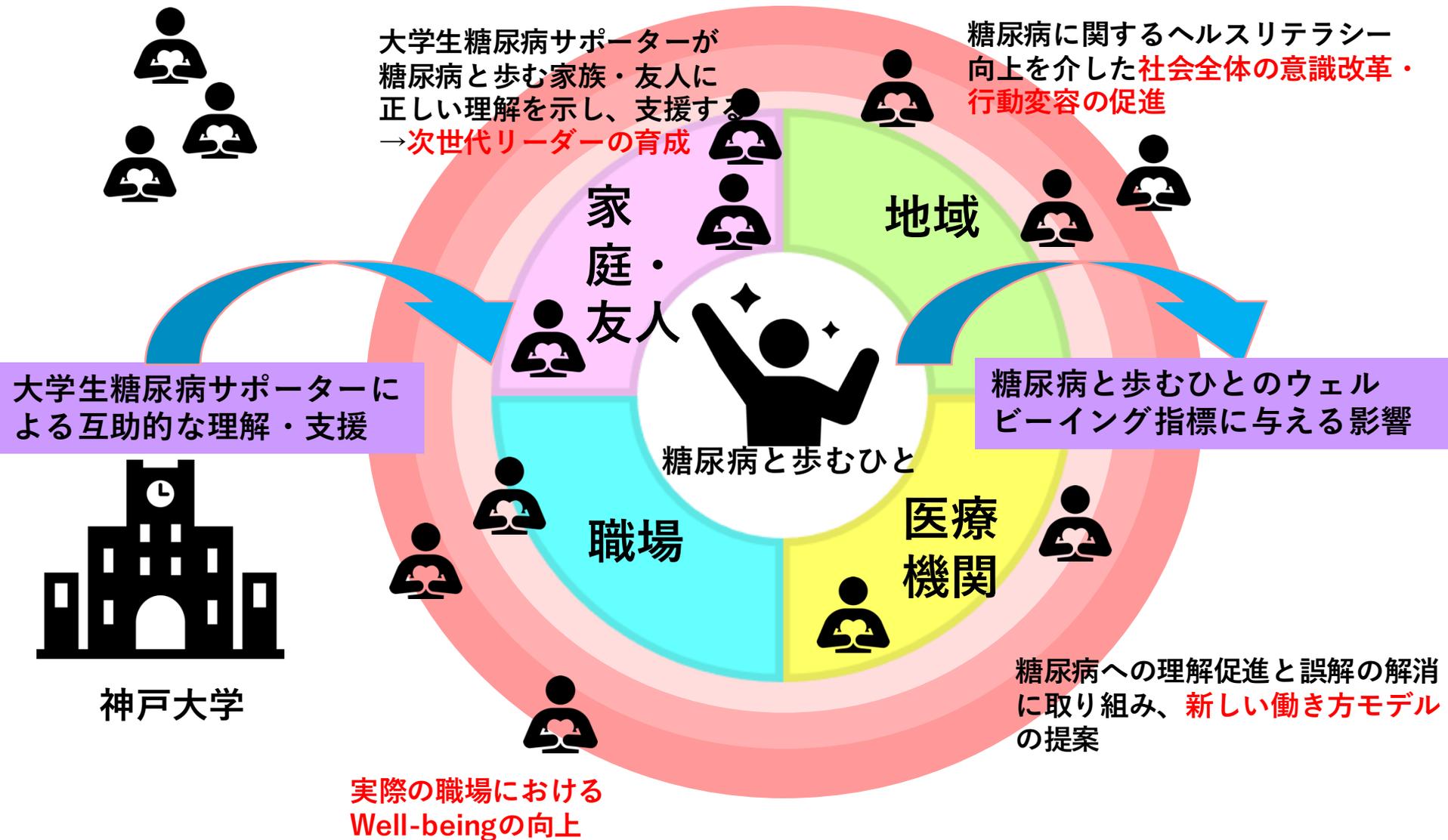
地域

家庭・友人  
職場



- ・ ITに長けている世代
- ・ 偏見をなくし、**共感の輪**を広げる
- ・ **学びと実践**を結びつける教育的意義
- ・ 社会の**未来**を担う世代

糖尿病と歩むひとが持続的にいきいきと活動できる社会へ  
～医療の枠を超えたウェルビーイング向上を目指して～



# 糖尿病を持つ家族がいる 神戸大学(院)生 募集

50名  
限定

11月 開始予定

糖尿病に関する家族の共通理解が、患者さんのウェルビーイング（身体的・精神的・社会的に良好な状態であること）に与える影響を検証する臨床研究です

## 対象者(①②を満たす方)

- 1 ご家族に【2型糖尿病で通院している方】がいる神戸大学生・大学院生（別居OK）
- 2 オンラインコンテンツ視聴後、内容をご家族に説明・伝達し、アンケートに協力いただける方

## 協力費

5000 円分の  
QUOカード

すべての調査にご協力いただけた方  
保健管理センターでお渡しします

申し込み・問い合わせはこちらから

オンライン説明会もあります（希望者のみ）



## 実施内容とスケジュール

- ①プレアンケート（約30分）
- ②オンラインコンテンツの受講（10分程度×3回）  
その内容をご家族に説明いただきます。  
アンケート（約5分）
- ③ポストアンケート（約30分）
- ④謝礼のお渡し



# 神戸大学 インクルーシブキャンパス & ヘルスケアセンター 保健管理部門



内科医師：3名  
精神科医師：3名  
看護師：5名  
臨床心理士：1名

- ・ 診療所業務（内科・精神科）
- ・ 学生教職員健康診断
- ・ 産業保健/禁煙啓発
- ・ ヘルシーキャンパス活動  
（ウォーキングチャレンジ 11月）
- ・ **臨床研究** 結果・アンケート調査（16000名）  
他学部との共同研究可能です。  
ぜひお声掛けください