

令和3年度 糖尿病大血管障害検証報告会 宣言

—運動習慣の象徴としての五輪推進によるコロナ重症化因子と想定されるインスリン不全症克服、食事生活習慣改善も含め、メタボ・生習病軽減・健康増進へ—

令和3年10月9日（土）9:00~12:00

（第36回日本糖尿病合併症学会2日目）

会長：滋賀医科大学 糖尿病内分泌・腎臓内科 前川 聡 教授

令和3年度世話人：

卯木 智（滋賀医科大学 糖尿病内分泌・腎臓内科 講師）

良本 佳代子（大阪労災病院 糖尿病内科・健康診断部 部長）

委員長：古家 大祐（金沢医科大学 糖尿病・内分泌内科学 教授）

検証報告会総括（アドバイザー）、引継ぎ事務局：原納 優（児成会 生活習慣病センター所長）

<https://harano-cl.jp/cookie18、072-700-11358>

<https://harano-cl.jp/column/1390>

コロナ重症化基礎疾患共通因子は、メタボと同じインスリン善玉作用低下と想定されます。その最善策は、運動と活発活動(8千歩以上/日)、適性体型（BMI：体重kg/身長 m^2 23未満、ウエスト 男85、女80cm未満）達成と適正生活習慣（禁煙・節酒・休養他）です。各自実践可能で、今こそ達成すれば、医療費の6割を占める生活習慣病対策にも大変有意義です。仕組みとして内皮細胞障害が想定され、その機能であるNO産生と、コロナ初期と獲得（弱い作用）免疫にもインスリン作用が必要で、是も運動を含む上記適正習慣で活性化されます（AMPキナーゼ活性化を介して）。東京から世界へ運動・スポーツに親しみ、適性生活習慣を発信しましょう。選手は、上記の達成者・模範で、重症化低率、過剰保護不要です。生習センターでは、各自五輪・パラリンピックに協賛し、運動食事生活習慣の理想化を目指しています。同じ因子が病因であるメタボ生活習慣病対策にも有効で、薬が減り、進展防止、健康長寿に直結します。重症化対策は、感染防止にも有効、各自が実施可能、ワクチン接種も増え、3密回避・感染対策強化で、五輪推進、人の能力限界への挑戦とその成果・祭典に接し、目視した感動を自ら、多くの方の実践へ、今こそ運動食生活習慣理想化でインスリン不全症解消、“災い転じて福”としましょう！！！！