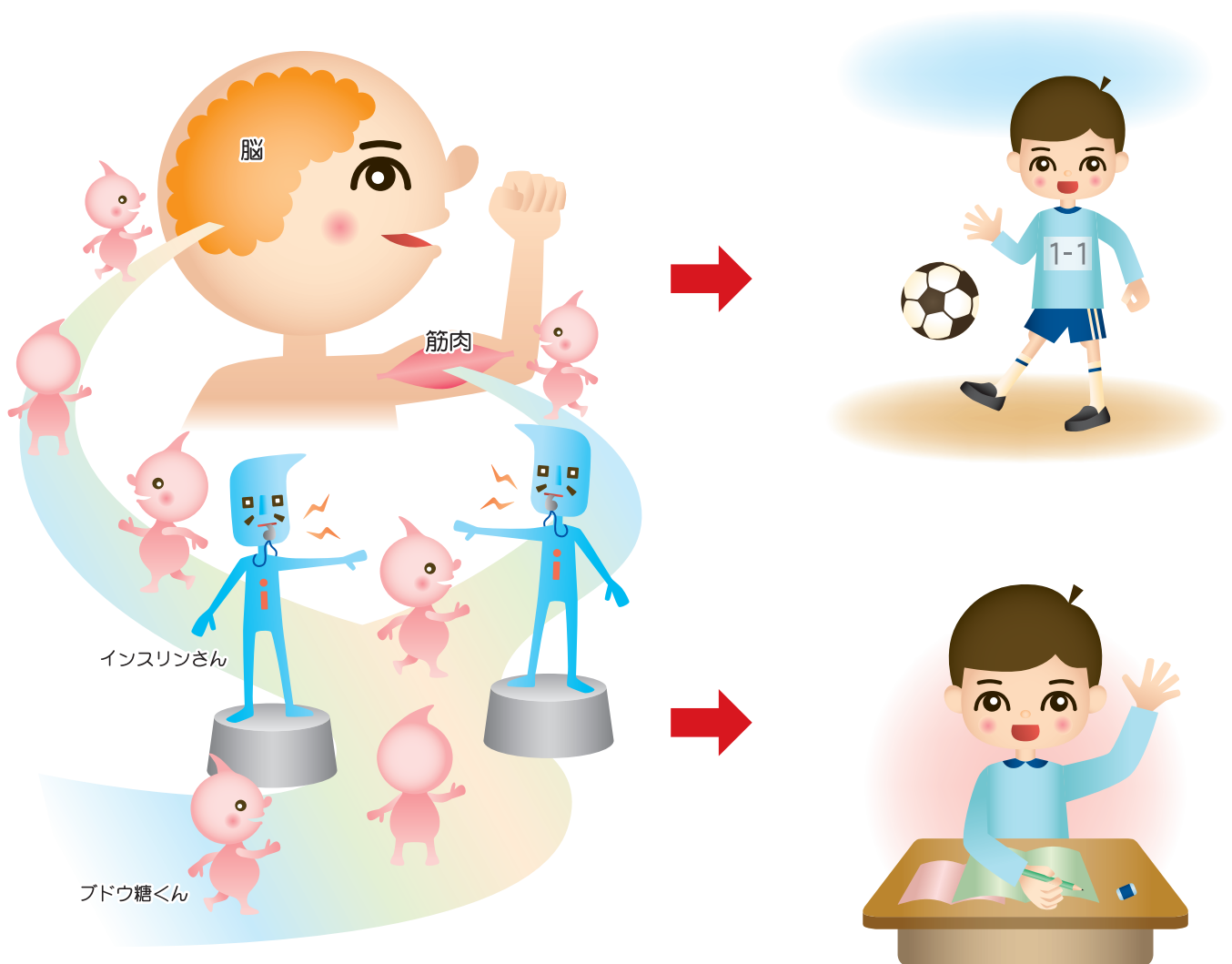


# 食べ物のゆくえとブドウ糖

私たちは毎日食事をとり、食べたものをエネルギーに変えることによって生命を維持しています。食事をすると、食べ物（主に炭水化物）は分解・消化され、ブドウ糖となります。そこで、すい臓の細胞から必要な量のインスリンというホルモンが分泌されます。それによりブドウ糖は細胞に取り込まれ脳や筋肉が働くときのエネルギー源となるのです。そしてこのエネルギーによって毎日勉強や運動ができるのです。



しかし、糖尿病という病気はインスリンの作用が不足していたり、インスリンが体内で全く作られないため、ブドウ糖が細胞内に吸収されずどんどん血液の中にたまってしまいます。その結果、ブドウ糖はエネルギーへの転換や利用がされず、体にいろいろな障害をきたすのです。