

メディカル+

+勉強室

テーマ：糖尿病について

# 早期診断、早期治療で 血糖値のコントロールを

健康診断などで「血糖値が高い」といわれたことはありませんか？ 血糖値が高いまま放っておくと、やがて合併症を引き起こすため、早期治療が必要です。糖尿病の治療について聞きました。



北田内科クリニック  
(岐南町下印食)  
院長・北田雅久先生

## 早期からの治療開始で 合併症予防を！

血糖値が高い(＝高血糖)とは、血液中のブドウ糖の値が高い状態をいいます。ブドウ糖は、ご飯やパンなどの炭水化物に含まれる栄養素で、消化により分解され血液に入ります(血糖値が高くなる)。運動などの身体活動によりブドウ糖が使われると、血糖値は下がります。

健康であれば、膵臓から分泌されるインスリンというホルモンにより血糖値は適正な範囲にコントロールされますが、糖尿病になるとインスリンの働きや分泌量が不十分になり、高血糖の状態が続くようになります。すると、全身の血管が傷み、さまざまな悪影響が出てきます。細い血管では目の奥の網膜の血

管(悪化すると失明に至る)や腎臓(悪化すると腎障害、人工透析に至る)、足の末梢神経などに障害がみられるようになり(切断に至る場合も)、また太い血管の障害としては脳梗塞や心筋梗塞などを発症します。これらを「糖尿病の合併症」といいます。

糖尿病治療の大きな目的の一つは合併症予防です。そのためにも早期診断・早期治療が大切です。早期診断のために、2010年7月に診断基準が改定されました。また「インクレチン関連薬」という新たなタイプのお薬も登場しています。症状がないからと放置せず、「高血糖、要再検査」と言われたらすぐに医療機関を受診しましょう。

## 糖尿病は全身にかかわる病気 何でも話せる「かかりつけ医」を

糖尿病は全身の血管の病気の問屋といえます。糖尿病になると血管障害の合併症のほか、睡眠障害、水虫、歯周病、うつ、認知症になるリスクも高まります。また、糖尿病は、がんを誘発する危険性があり、がんになると血糖値も上がりやすいという関係にあります。糖尿病で当院を受診された患者さんに、がんの発症をみつけることもあります。糖尿病の場合、血液中の余分なブドウ糖が悪さをするので、早期治療で血管壁や血流の障害を防ぐことは、全身の健康を守るためにとても大切なのです。

軽症の段階で早期治療すれば、食事療法と運動療法だけでコントロールできる可能性が高

いです。進行している段階でも、食事と運動療法に加え、低血糖を起こしにくい治療薬を使えば、無理ない血糖コントロールが可能です。また、医師の指示だけでなく、家族の協力があると治療を中断せずに続けられますね。

当院では、血糖コントロールと同時に、全身の健康状態を把握するようにしています。そのため、治療やアドバイスも患者さんの生活環境を知ったうえで行う必要があります。

したがって患者さんは、何でも相談できる「かかりつけ医」を持つことが、大きなポイントとなります。飲み忘れや副作用などが気になる方は、身近なかかりつけ医に相談しましょう。いまは1日1回の服用で済む薬も出ています。気軽に話せるかかりつけ医の存在が、治療継続の助けになります。

企画協力/MSD(株)

### 1日の検査でわかる糖尿病診断基準

#### 糖尿病型

下記のいずれか

空腹時血糖値……………126mg/dL以上  
ブドウ糖負荷後2時間値…200mg/dL以上  
随時血糖値……………200mg/dL以上



#### 糖尿病型

HbA1c(JDS値)…6.1%以上  
または

糖尿病の典型的症状  
確実な糖尿病網膜症



糖尿病