

糖尿病教室だより No.2 検査編

2023/5/16

糖尿病は体全体の病気です。
自覚症状がなくても通院し、定期的に検査を受けて自分の糖尿病がどのような状態にあるのかチェックしましょう！



検査の種類		基準値* / 目標値	結果からわかること
血糖コントロール	HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)	4.6~6.2* (%)	過去1~2か月間の血糖の状態がわかります。 合併症予防は 7%未満 を目標に！
	血糖 (mg/dL)	空腹時 70~110* 食後2時間 140未満*	空腹時：130mg未満 食後2時間：180mg未満
脂質代謝	HDL-C (善玉コレステロール)	≥40 (mg/dL)	目標値（糖尿病ガイドより） 脂質代謝検査異常では、 脳卒中や心筋梗塞などの 動脈硬化性疾患の危険性が高くなります。
	LDL-C (悪玉コレステロール)	<120 (mg/dL)	
	TG (中性脂肪)	空腹時 <150 (mg/dL)	
腎機能	Cr (血中クレアチニン)	男性 0.6~1.2* (mg/dL)	Crは腎機能が低下すると上昇します。 筋肉量の影響を受け、高齢者や小柄な人は 低くなる傾向にあり、腎機能を正しく評価 できないことがあります。 その為、年齢と性別から推定するeGFRが 作られました。
		女性 0.4~0.9* (mg/dL)	
	eGFR (推定糸球体ろ過量)	≥60* (mL/min/ 1.73m ²)	腎臓が1分間にどのくらいの血液をろ過し、 尿を作れるかを示す指標です。 クレアチニンと年齢、性別から推定します。

*：当院検査部の基準値

食後高血糖のおはなし



「食後高血糖」って何だろう？

「食後高血糖」とは、その名の通り食後に高血糖状態になるのが特徴です。しかし空腹時血糖値は正常であるため検診では見抜くことができません。食後の高血糖があると、動脈硬化が促進されて心筋梗塞や脳梗塞などのリスクが上がるため、放置しないことが大切です。

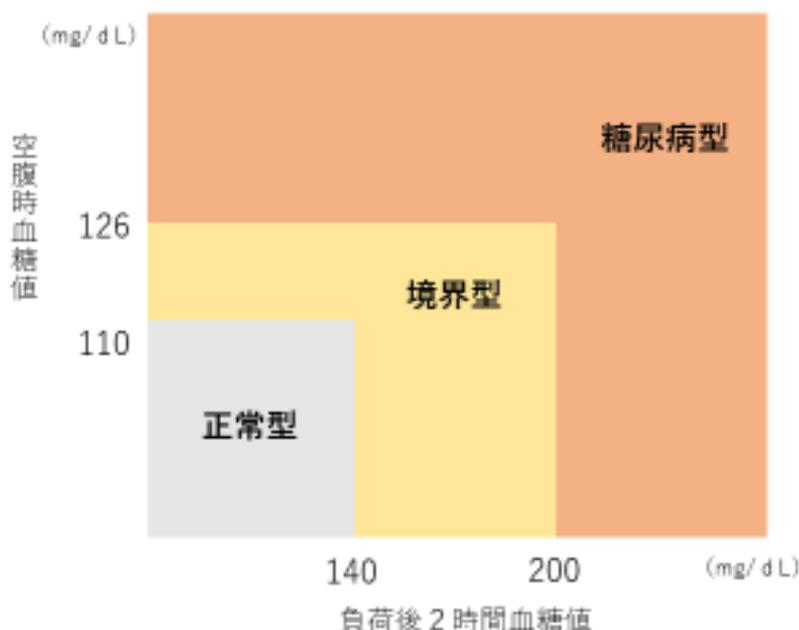
「食後高血糖」を見つける検査は？

実は、空腹時血糖値が正常な場合でも糖尿病が隠れていることがあります。隠れた糖尿病を見つける検査の一つに75g経口ブドウ糖負荷試験（75g OGTT）があります。

75g経口ブドウ糖負荷試験（75g OGTT）ってどんな検査？

75gのブドウ糖が入った炭酸水を飲み、「飲む前・飲んだ後30分・1時間・2時間」に採血して血糖値を調べます。

空腹時血糖値と75g OGTT 2時間値が、「正常型」にも「糖尿病型」にも属さない「境界型」（糖尿病予備軍）の早期発見ができます。



**血糖コントロール、合併症予防に
検査値に注目しましょう！**

