



健康コーナー

糖尿病について

《その3》

今回は、糖尿病の症状、糖尿病の診断についてお話ししましよう。

【糖尿病の症状】

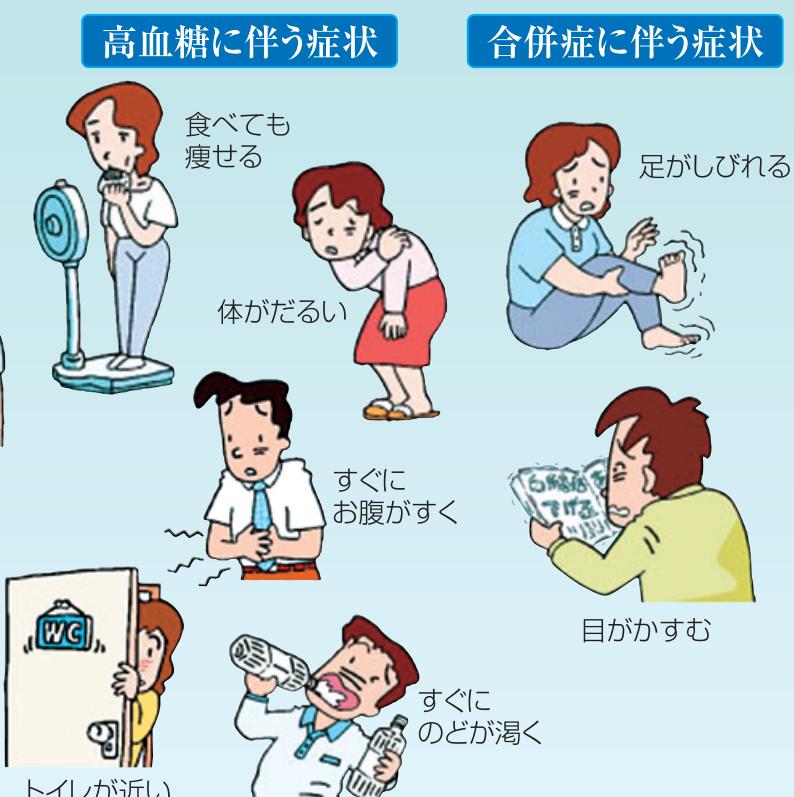


図1

糖尿病の症状は、図1のように現れにくく、初期のうちは全く無症状で、高血糖自体による症状はかなり高血糖にならないと出現しません。かなりの高血糖になると、利尿作用が亢進し多尿になり、その結果喉^のが渴き水を欲しがります。インシュリン作用の低下で細胞内にブドウ糖が入りにくくなるので、食欲が亢進したり、体が怠くなります。インシュリンは、血糖を下げる他に脂肪合成作用を有しますので、臍^のβ細胞（インシュリン工場）からのインシュリンの分泌が低下すると痩せていきます。

合併症に基づく症状（表1）としては、①感染症に基づく症状として、歯周病、傷が治りにくい、②血管合併症に基づく症状として、網膜症による視力障害、腎症による蛋白尿や浮腫、壞疽があり、③神経障害に基づく症状としては、手先足先など

の末梢側のシビレ感、神経痛、自律神経障害として、起立性低血压、勃起障害、発汗異常、排尿困難などがあります。

【糖尿病の診断】（図2）

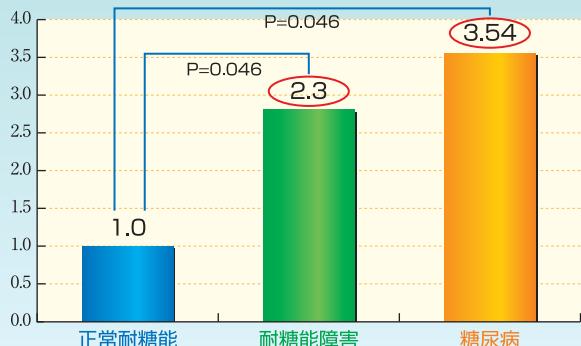
糖尿病の診断としては、空腹時血糖が 126 mg/dl 以上であるか、 75 g ブドウ糖負荷試験の2時間後の血糖が 200 mg/dl 以上であるか、食後の

糖尿病の症状

高血糖に基づく症状	合併症に基づく症状
多 尿	①感染症に基づく症状 歯周病、皮膚化膿症、 傷が治りにくいなど
多 飲	②血管合併症に基づく症状 網膜症による視力障害、 腎症による蛋白尿・浮腫、壞疽 など
口 渴	③神経障害に基づく症状 しびれ感、神経痛などの神経障害、 起立性低血压、勃起障害、発汗異常、 排尿困難、筋萎縮 など
急激な体重減少	
食欲亢進	
肥 満	
全身倦怠	
嘔 吐	
昏 眠	

表1

循環器疾患死亡(FUNAGATA STUDY)



FUNAGATA STUDYによると、耐糖能障害IGTは、正常耐糖能に比べ、2.3倍の循環器疾患死亡の危険性があり、糖尿病では、3.5倍のリスクがある。すなわちIGTから動脈硬化が始まることが示されており、この段階から積極的に保健指導や治療が必要となる。

HbA1c(グリコヘモグロビン)とは?

過去1~2ヶ月間の血糖値の平均を意味します

赤血球で酸素を運ぶヘモグロビンHbに、血糖(ブドウ糖)が結合したのがヘモグロビンA1cです。この結合は強固で離れないで、採血したときのヘモグロビンA1c過去一定期間(1~3ヶ月)の血糖値の高さを反映します。

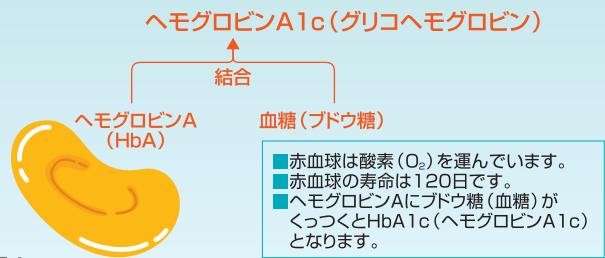


図4

参考

*HbA1c／ヘモグロビン(Hb)は、赤血球の中に含まれ、酸素を運ぶ作用がある鉄を含む蛋白質で、このHbにブドウ糖が結合したものを作成(HbA1c(ヘモグロビンエー・ワン・シー)といいます。(図4)

随時血糖が200mg/dl以上であると糖尿病と診断されます。2010年に糖尿病基準が10年ぶりに見直しになります。新しい基準としては、今までの基準の他にHbA1c(後ほど詳述します)が6.1%以上という状態でも糖尿病と診断されるようになります。

正常型と糖尿病型の中間に位置する病態を境界型といいます。実は、この境界型から既に動脈硬化のハイリスク(危険因子)になります。山形県舟形町で行われた舟形研究によれば(図3)、境界型が心筋梗塞で死亡する危険度は、正常者に比べ2.3倍あり、糖尿病では3.5倍になります。境界型は、糖尿病ではないからといって安心していられないのです。論理的には、糖尿病の予備軍ですので、糖尿病にならないように、運動不足、体重増にならないように対応する必要があります。

糖尿病の診断

血液の検査～血糖値の測定

空腹時の血糖値

早朝の空腹時に血液を採取し、血糖値を測定します。

① 正常型	110mg/dl未満
境界型	110~126mg/dl未満
糖尿病型	126mg/dl以上

75gブドウ糖負荷試験2時間後の血糖値

75gのブドウ糖が溶けた水を飲み、2時間後の血糖値を測定します。

② 正常型	140mg/dl未満
境界型	140~200mg/dl未満
糖尿病型	200mg/dl以上

随時血糖値

午前や午後、食事の時間などに関係なく、採取された血液中の血糖値を測定します。

③ 糖尿病型	200mg/dl以上
--------	------------

尿の検査～尿糖の測定

尿の中に糖分が含まれているかどうかをしらべる検査です。

尿糖が出ていると、糖尿病の可能性があります。



図2

辻先生が院長を務める医療法人社団和漢全人会花月クリニックです

プロフィール

昭和26年 北海道江差町に生まれる

昭和50年 千葉大学薬学部卒業

昭和57年 旭川医科大学卒業

平成4年 医学博士取得

平成10年 新十津川で医療法人和漢全人会花月クリニック開設

日本東洋医学会 専門医

日本糖尿病学会 専門医

日本内科学会 認定医

日本内視鏡学会 認定医



辻 和之
花月クリニック
医療法人和漢全人会
日本東洋医学会専門医
医学博士