



糖尿病治療の目的は？

従来からの糖尿病治療の目標は、血糖・血圧・脂質代謝の良好なコントロール状態と適正体重の維持、および禁煙の遵守を行うことにより、糖尿病治療の合併症（発症・進展）を阻止し、ひいては糖尿病のない人と変わらない寿命と日常生活の質（QOL）の実現を目指すことです。

最近では、糖尿病合併症は発症が抑制されているとの報告があり、合併症の抑制による最終目標の達成には確実に近づいていると考えられています。

一方で、高齢化などにより増加するサルコペニアやフレイルなどの併存症の存在が近年注目され始めています、糖尿病がこれら併存症の発症や進展に寄与していることが証されたわけではないですが、糖尿病患者さんが糖尿病のない人と変わらない寿命とQOLの実現を目指すためには、これらの併存症を予防・管理することが重要です。

また、糖尿病が原因となっているスティグマや社会的不利益、差別が生じている場合がある。アドボカシー活動などを通じてこれらを取り除くよう努力することも、糖尿病のない人と変わらないQOLの実現を目指すうえで大切なことです。

用語解説

・スティグマ

糖尿病などの個人のもつ病気や特徴に対して、周囲から否定的な意味づけをされ、不当なあつかいをうけること

・アドボカシー活動

糖尿病などの患者さんの権利を守るため、組織・社会・行政・立法に対し主張・代弁・提言を行う活動

血糖コントロールの目標

糖尿病の診断においては血糖値と共にHbA1cの値が重要になります。

HbA1cとはヘモグロビンは赤血球内のたんぱく質の一種で、全身の細胞に酸素を送る働きをしています。血球中のブドウ糖がヘモグロビンとくっつくと糖化ヘモグロビンとなります。

血糖値が高いほどヘモグロビンに結合するブドウ糖の量が多くなります。いったん糖化したヘモグロビンは、赤血球の寿命（120日）が過ぎるまで元には戻りません。

このような血糖値が高い状態が続くと、ヘモグロビンに結合するブドウ糖の量が多くなるので、HbA1cは高くなります。

逆に血糖値が低い状態が続くと、ヘモグロビンに結合するブドウ糖の量が少なくなるのでHbA1cは低くなります。

HbA1cは糖化ヘモグロビンがどのくらいの割合で存在しているかを%で表したものです。

$$\text{HbA1c}(\%) = \text{糖が結合したヘモグロビン量} \div \text{すべてのヘモグロビン量}$$
で求められます。

あなたのHbA1cの値（%）をご存じですか？

あなたのHbA1cの値の前の3をつけてみてください。たとえばHbA1cの値が6.0%であれば36度平熱です。7.0%であれば37度微熱状態（注意が必要です）8.0%（38度治療が必要です）



ふれあい 曾山医院

胃腸内科・外科・内科・肛門外科 <https://soyama-clinic.com/>

志筑1391-9
Tel:62-5566

2023年7月号
(第145号)

発行人
曾山 信彦



編集委員会



曾山医院
ホームページ
soyama-clinic.com

