

糖尿病注意報発令中

●問い合わせ 保健医療課健康支援室
☎53-2111 (内線2440~2443)

健診の結果から見えるもの

～平成29年度の健診結果～

今回は、平成29年度の健診結果から、血糖値に関してまとめた内容を紹介いたします。

■HbA1c (ヘモグロビンH1c)

HbA1cは、糖と結合しているヘモグロビンのことを指し、この値が高いと慢性的に血液中に糖が多い状態を示します。

年齢が上がるにつれてHbA1cの値が高い人の割合が増えています(図1)。

これは加齢と共にインスリン(※1)の生産量が少なくなる影響もあると考えられています。60歳を過ぎると、インスリンの生産量が若い頃の約3分の2になるといわれています。

また、インスリンを生産できても、肥満や高血圧、高中性脂肪血症や低

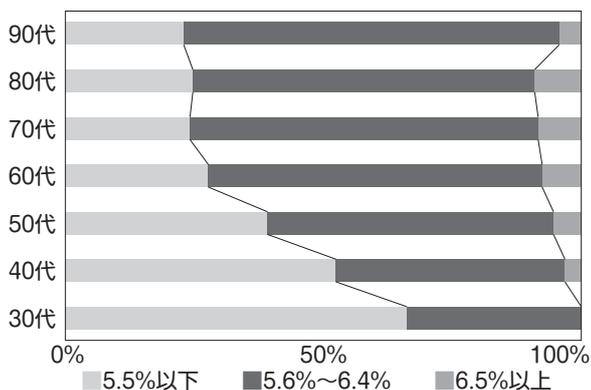


図1: HbA1cの現状

表1: 血糖コントロール目標

目標HbA1c	内容
6.0%未満	適切な食事や運動療法だけで達成可能な場合、または薬物療法中でも低血糖などの副作用なく達成可能な場合の目標とする
7.0%未満	合併症予防の観点からHbA1cの目標を7%未満とする
8.0%未満	低血糖などの副作用、その他の理由で治療の強化が難しい場合の目標とする

血糖正常化を目指す場合

合併症予防の場合

治療強化が困難な場合

糖尿病治療ガイド2018-2019 (一般社団法人日本糖尿病学会)より一部抜粋

■血糖コントロール目標

血糖コントロールの目標は左記の表

「LDL血症などが一因で、血糖値が下げられない場合もあります。HbA1cの値が6.5%以上の人は高血糖が慢性的に持続していますので、医師の診察を受けましょう。」
※1「インスリン」とは、すい臓から分泌されるホルモンで、血液中の糖分を全身の細胞に運ぶ働きをします。このホルモンの生産、分泌が不足すると糖尿病を引き起こす原因となります

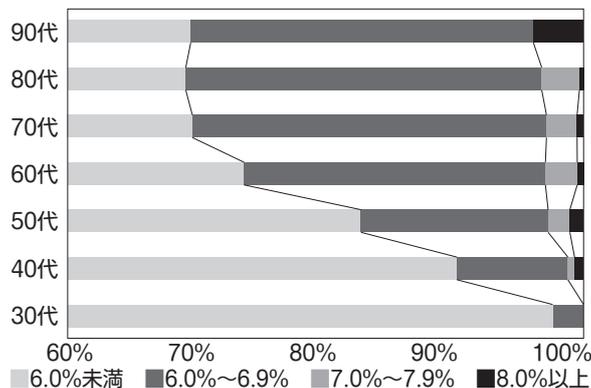


図2: 血糖コントロール状況

1の通りです。糖尿病性腎症・網膜症・神経症など、合併症予防のためには7.0%未満が目標となります。

市では働き盛りの壮年期に7.0%以上の人が多く、合併症のリスクが高い現状にあります(図2)。今と変わらない日常生活を続けるためにも、食事療法・運動療法・薬物療法を行い、合併症を予防しましょう。

■特定健診を受けましょう

次の人は、1月末までお近くの医療機関で健診を受けることができます。詳しくは保健医療課までお問い合わせください。

- 国民健康保険加入者(40~74歳)
- 後期高齢者医療制度加入者