



# CPAP じんぶん〜第8号〜

新年明けましておめでとうございます



明けましておめでとうございます。新年一発目のCPAPじんぶんです。今回は、糖尿病についておもしろい記事がありましたのでそちらを紹介させていただきます。『季刊誌 ピパット 創刊号』より

## 空想検査

もしも「あの時」「あの人」が臨床検査を受けていたら...

藤原道長 編



**藤原道長**  
(ふじわらのみちなが)  
平安時代中期の公卿。父の兼家が摂政になり権力を握ると栄達するが、五男でありさほど目立たない存在だった。兄たちの病没と兄の嫡男との政争に勝って左大臣として政権を掌握した。一条天皇に長女の影子を内させ皇后(号は中宮)となす。次の三条天皇には次女の妍子を入れて中宮となす。だが三条天皇とは深刻な対立を生じ天皇の眼病を理由に退位に追い込み、影子の生んだ後一条天皇の即位を実現して摂政となる。後一条天皇には四女の威子を入れて中宮となし、「一家立三后」と驚嘆された。六十二歳没。

## 検査結果報告書 藤原道長さま 男 52才

検査項目	検査結果	基準値	単位	判定
尿糖(試験紙法)	3+	(-)		要治療
血糖	387	60-110	Mg/dl	要治療
HbA1c	12.0	4.6-6.2	%(NGSP)	要治療
眼底検査	糖尿病網膜症 白内障			要治療

## 糖尿病の検査

糖尿病とはインスリンというホルモンの分泌や効きが悪くなってしまい、生きていくためのエネルギー(ブドウ糖)が身体に取り込まれにくくなる状態(代謝異常)の病気で、

主な原因は、自己免疫疾患でインスリンの分泌が極めて低下しているインスリン依存型(I型)と生活習慣が原因で惹起する糖尿病(II型)とがあります。

糖尿病が強く疑われる人(約九〇〇万人)と糖尿病の可能性を否定できない人(約一三〇〇万人)を合わせると全国で約二二〇〇万人の人が罹患しているといわれています。しかしおよそ4割の人がほとんど治療を受けていないといわれています。

(厚生労働省ホームページより)

## こんな生活スタイルの方々

糖尿病(II型)は生活習慣病の一つで、過食・運動不足・ストレスなどが原因です。

藤原道長は貴族ですから、贅沢な食生活と運動不足が糖尿病になる原因ではなかったかと推測されます。

また昔はお酒の醸造(米のデンプンをブドウ糖に変えてアルコールを発酵させる)技術も今のよう純度が高くなく、たくさん飲まない酔うことができなかったかもしれません。

また藤原家は糖尿病の家系であったともいわれています。

## こんな状態

糖尿病の人は太っていると知られがちですが、アジア人では痩せた人にも多く見られます。また、血液中のブドウ糖が高いため、尿から排出されることにより尿が甘い匂いになったりします。昔は便所やし尿を肥料としていた畑でもアリが集まっていることがあったそうです。

## こんな症状

糖尿病の主な症状は、口渇(口が渇く)・多飲(水分がほしくなる)・多尿(尿の量が多くなる)などで、治療せずに血糖の高い状態が続くと目が見えにくくなる(糖尿病網膜症)や足の感覚が鈍くなり痺れる(神経障害)、体がむくむ(腎機能障害)などの症状が出てきます。

藤原実資の日記「小右記」にも「のどが渴いて、水を多量に飲む」「体が痩せて、体力がなくなってきた」「背中にオデキ(感染による腫れ物)ができた」「目が見えなくなってきた」という道長の病状が書かれています。

## 検査の種類

糖尿病診断の検査としてHbA1c(過去1-2か月の血糖値の平均)、早朝空腹時血糖値(朝食前の血糖値)、75g OGTT(75gのブドウ糖を飲み負荷前・30分・60分・120分後の血糖値)、随時血糖値(食事と関係なく測った血糖値)があります。また眼底検査や腎機能検査、神経伝導検査なども行われます。

## 糖尿病型

血糖値  
(空腹時 $\geq 126\text{mg/dl}$ , OGTT2時間 $\geq 200\text{mg/dl}$ , 随時 $\geq 200\text{mg/dl}$ のいずれか)  
HbA1c(NGSP) $\geq 6.5\%$ ※ HbA1c(JDS) $\geq 6.1\%$ ※  
※HbA1cの国際標準化に伴い、新しいNGSP値とJDS値とを併記しています。

## HbA1c (へもぐるびんえーわんしー)

**赤血球**の中の赤い血の「色素」をヘモグロビンと呼びます。このヘモグロビンを専用の検査機器でふるい分ける(分画する)と、A0、A1、Fなどに区別されます。このうちA1はさらにA1a、A1b、A1cに区別(分画)することができます。赤血球は生まれてから約4か月間、体内(末梢血の中)を流れていますが、血液中の糖がヘモグロビン分子に結合するのに最低でも1か月以上かかります。これが「糖化ヘモグロビン=グリコヘモグロビン=HbA1」です。この中で最も多いのが安定型グリコヘモグロビン=A1cです。通常、健康な人では全ヘモグロビンの5%以下ですが、過去1-2カ月の間に高い血糖状態に置かれるとHbA1cの検査データも高くなるため、潜在的な糖尿病の有効な検査指標といえます。

## 健康教室のお知らせ

テーマ：糖尿病と細小血管障害・動脈硬化症  
日時：2014年2月7日(金)  
AM 9:00~(約1時間)  
担当：幸喜 毅 医師  
\*看護師・管理栄養士によるお話もあります。  
料金：300円(保険3割負担)  
100円(保険1割負担)

