

基礎から学ぶ 糖尿病



天満 仁

県糖尿病
専門医学会代表

糖尿病治療で近年は注目されている低血糖。徳島県糖尿病専門医学会代表の天満仁医師(53)に怖さや対策を聞いた。

低血糖とは。血液中のブドウ糖の量が少なくなっている状態のことです。血糖値は通常70〜140mg/dlの狭い範囲に維持されています。症状の有無にもよりますが、70mg/dl以下が低血糖の目安といえます。低血糖は食事の量や時間、薬の飲み間違い、運動量等により誘発されることも多く、長期的にも短期的にもさまざまな害を及ぼします。短期的には低血糖症状のため生活の質が低下したり、糖尿病のコントロールが悪くなりま

す。また長期的には不整脈、狭心症、心筋梗塞などの心血管疾患を発症させたり、認知機能を低下させると報告されています。

低血糖になるとどんな症状が現れますか。

だいたい70mg/dl以下になると冷や汗や動悸、手や

低血糖

警告サインに注意して

▶ 41

HbA1cのコントロールと、死亡率、重症低血糖の関係

HbA1c	6.0%未満 (厳格なコントロール)	7.0~7.9% (緩やかなコントロール)
心血管死亡	2.6%	1.8%
総死亡	5.0%	4.0%
重症の低血糖	16.2%	5.1%

す。これを「無自覚性低血糖」と呼びます。

低血糖になった時の対処法は。

ブドウ糖を取ることで体内に早く吸収されるので、効率よく血糖値を上げることが出来ます。意識が低下しブドウ糖を飲むことが難しい場合は、周囲の人にブドウ糖を唇や歯肉に塗り込んでください。最近では血糖を上昇させる点鼻薬も開発されています。また低血糖は長時間続くことがあり、一時的に改善しても症状が再発する可能性もあり、慎重に経過を見てください。また症状が続けば必ず医療機関を受診してください。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

低血糖は長期的に何をしたらいいですか。

HbA1cを下げたグルコース（HbA1c）は過去1〜2カ月間の血糖値の平均です。従って、この間に高血糖と低血糖を繰り返しているHbA1cは低い値になる可能性があります。合併症の予防には、この値を単に下げれば良いのではなく、血糖の変動が少ないんだから「質の良いHbA1c」を目指す治療が理想だといえます。16年、日本糖尿病学会と日本老年病学会は世界に先駆けて薬の内容や年齢により、HbA1cをこれ以上低下させてはいけないという下限を定めました。それほど、低血糖は放置してはならないものなのです。低血糖の警告サインを見逃さず、重篤な症状に陥る前に早めに対処することが欠かせません。

緩やかなコントロールをしながらグルコース（HbA1c）を7.0〜7.9%を上回ら

ないようにしてください。また総死亡率も厳格に高かったため、この試験は途中で中止されました。

低血糖の頻度が上がると、心血管障害を引き起こされたためと分析されています。

つまり、合併症を防ぐため血糖値を下げ過ぎることが、逆に死亡率を上昇させるという皮肉な結果を招いたと考えられます。

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです

HbA1cは低いほど良いわけではないのです