

※ 添付資料

〔糖尿病治療における血糖自己測定の意義〕

糖尿病は、欧米型生活様式の浸透にともなって患者数が増大しており、2005 年厚生労働省の調査によると、国内の患者数は治療、未治療合わせて 740 万人、予備軍を合わせると 1620 万人と推定されています。

糖尿病治療の基本は、毎日の血糖状態をコントロールすることにあります。血糖を厳格にコントロールするには、血糖の動きをモニターし、コントロールがきちんとできているかどうかをチェックする必要があります。特にインスリン療法では、血糖の状態によって、インスリンや食事の調整、低血糖への対処が必要なため、きめ細かい血糖のチェックが必須です。日常生活でもそのチェックをできるようにしたのが、血糖自己測定です。医療機関しかできなかった血糖測定が、血糖自己測定の普及により自宅でも 24 時間いつでも測定でき、揺れ動く血糖をリアルタイムにとらえことができます。その血糖の値を治療にフィードバックすることが可能となっています。

実際にインスリンを自己注射している方は 1986 年 4 月の保険適用により、医師の指導監督のもと、自分で簡単に血糖測定ができる小型血糖測定器を用いて、日常の血糖コントロールを実施されています。血糖自己測定のデータはそのつど記録し、通院時に主治医と検討します。主治医は、そのデータと、通院時に測定した HbA1c 検査などの結果を、総合的に判断して今後の方針を決め、治療法の修正の指示や次の目標を設定します。

一方、食後の血糖値が高いと HbA1c もコントロールし難く、また空腹時血糖がそれほど高くなくとも食後の軽い高血糖があるだけで動脈硬化が進展し、心血管疾患イベントのリスクとなっていることが近年明らかになってきています。

このような世界的流れの中で国際糖尿病連合 (IDF) は、「食後血糖管理ガイドライン」を公表し、食後 2 時間血糖値を 140mg/dL 以下に維持するよう勧告しています。そのガイドラインの中で、もっとも実際の食後血糖値の測定法として、血糖自己測定が推奨されています。血糖自己測定によって、糖尿病患者さんは自分の血糖値をリアルタイムに知ることができ、血糖コントロールに役立つとの記載があります。日本では、非インスリン療法患者さんはもちろんインスリン治療患者さんにおきましても血糖自己測定により食後の血糖を治療に活用している割合はまだ低いのが現状です。今後、幅広く血糖自己測定が普及していくことで食後高血糖がもっと治療対象としてクローズアップされることが期待されます。