

# 検査かわら版

発行：  
佐賀市鍋島5丁目1-1  
佐賀大学医学部附属病院 検査部  
責任者：  
検査部 末岡榮三朗

## 『糖尿病とは？』

糖尿病は大きく分けて4つのタイプに分類されます。①**1型糖尿病**：血糖値を下げるホルモンであるインスリンが体内で生成されないため、血糖値の高い状態が持続する病態です。②**2型糖尿病**：遺伝的に糖尿病になりやすい人が、過食（特に高脂肪食）・運動不足・肥満・ストレスなどをきっかけに発症する病態です。③**その他特定の機序・疾患によるもの**：インスリンを作る膵臓の疾患によるものや薬剤の副作用による病態です。④**妊娠糖尿病**：妊娠中

に初めて発見又は発症した病態です。

世界糖尿病連合（IDF）の報告によると、世界の糖尿病人口は増え続けており、2017年では糖尿病患者数は4億2500万人（成人11人に1人の割合）に上ると推定されています。また「2016年国民健康・栄養調査」によると、日本国内でも糖尿病が強く疑われる人が1000万人いると推定されています。有効な対策を施さないと今後も増え続けるといわれています。

参考：日本糖尿病学会「糖尿病治療ガイド2018-2019」

## 糖尿病の診断や経過観察に用いられる主な血液検査

### 血糖値（グルコース）

当院の空腹時基準範囲：73 - 109 mg/dL

血液中のブドウ糖（グルコース）の量を示します。1日の中でも血糖値は変動しており、空腹時、食後、運動、ストレス等様々な要因で変動します。

### HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）

当院の基準範囲：4.9 - 6.0 %

血液中にはヘモグロビン（Hb）という全身に酸素を送る働きをしている物質があります。このヘモグロビンにブドウ糖が結合したものをHbA1cといいます。HbA1cは過去1～2ヶ月の血糖値の変動を表します。検査数日前から食事や運動を頑張ってもあまり影響は受けません。日頃の生活習慣が現れる検査です。

### 75g経口ブドウ糖負荷試験(75g OGTT)

血糖値、HbA1cから糖尿病が疑われる際に行われることがある検査です。前日夜から10時間以上絶食の後、ブドウ糖75gを水に溶かしたものを飲んでもらい、決まった時間に複数回血糖値および血中インスリン濃度を測定して糖尿病かどうか、糖尿病とは診断されなくても糖尿病になるリスクが高いかどうかを調べます。

# 11月14日は「世界糖尿病デー」

世界糖尿病デーは、糖尿病の脅威が世界的に拡大しているのを受けて、世界規模で糖尿病に対する注意喚起しようとして、国際糖尿病連合（IDF）と世界保健機構（WHO）によって1991年に開始されたイベントです。2006年には国連公式の日となり、毎年11月14日に世界中の著名な建造物をシンボルカラーであ

るブルーにライトアップし、糖尿病の正しい知識を啓発するイベントが実施されます。今年佐賀県内では唐津城と昇開橋が11月12日～18日までライトアップされます。都合のつく方は是非ご覧になってください！

HP「World Diabetes Day Committee in Japan」より一部引用

## 日本人と糖尿病にまつわるエピソード

### ① 日本人は糖尿病になりやすい???

日本人は欧米人の方々に比べ、あまり太っていなくても糖尿病を発症しやすいといわれています。これは、血糖値を下げるホルモンである「インスリン」を分泌する能力が欧米人の約半分程度しかないとされているのが理由の1つです。欧米人はインスリンを多量に必要とする高脂肪食が中心でしたが、日本人は糖質を主成分とする穀物を中心に食事をしてきたため、少量のインスリンしか必要としませんでした。そのため日本人は、近年の高脂肪食に遺伝的に適応する時間が短く糖尿病を発症しやすいのではないかとされています。

参考:日本内科学会雑誌98巻4号「糖尿病の診断と治療—現状と展望—」

日本内科学会雑誌105巻3号「日本人型インスリン分泌不全を考える」

### ② 日本にも昔から糖尿病の人はいたの???

先述の通り、糖尿病には様々な成因があるため、昔から一定数の方はいたと思われます。生活習慣と密接な関係がある2型糖尿病の記録として残っている日本史上最古の人物は平安時代の人物、藤原道長とされています。晩年の道長を記した「小右記」に『のどが渴いて水を多量に飲む。痩せて体力が無くなった。目が見えなくなった』などと記載されており、糖尿病の症状および合併症を表しているのでは、といわれています。

参考:高沢伸「奈良仏教の知恵?:遷都1300年に糖尿病を考える」



編集  
後記

1921年にインスリンが発見されて以来糖尿病の治療は急速に発展し、特に近年は新しい治療薬の登場により治療の選択肢が広がり、より個人の状態に合った治療が可能となっています。今号を読んでいただき、糖尿病に関する知識や興味がわいていただいたら幸いです。

執筆:小屋松純司 編集:大枝敏