

- 01 糖尿病患者さんの自己血糖測定とは
- 02 新型インフルエンザ等受け入れ実働訓練  
医療安全川柳〈4月〉
- 03 「やまばとギャラリー」情報コーナー  
5病棟の生活のひとコマ<sup>23</sup>  
三重病院のサラメシ<sup>10</sup>
- ウインドウ デコレーション
- 04 外来からのお知らせ  
外来診察のご案内

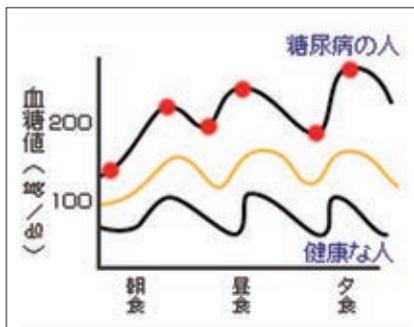
## 糖尿病患者さんの自己血糖測定とは

(SMBG: Self Monitoring of Blood Glucose)

糖尿病の治療の基本は、血糖コントロールです。しかし、血糖の動きは人によって異なり、食事・肥満・ストレス・発熱等で上昇、運動・インスリンや経口血糖降下薬で低下、気候などの影響も受けます。そんな血糖を適正にコントロールするには、日常生活で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、自己血糖測定でチェックするといいいでしょう。

自己血糖測定を行う場合のポイントは、①1日の血糖の動きを知るため1日を通して測る、②血糖は食事で大きく変動するため食事前で測ることです。1日1回であれば朝食前を、1日2回であれば朝夕食前、1日3回であれば毎食前を中心に、各食前後（1～2時間）や眠前も時々測定して、血糖変動を把握します。

自己血糖測定の効果は、短期的には低血糖やケトアシドーシスなど急性の合併症の回避、長期的には網膜症や腎症など慢性合併症の発症や進展の防止につながります。血糖コントロール目標値は患者さんによって異なりますので各々主治医と相談して決める必要がありますが、一般的には下記のような目標となります。



インスリン等の自己注射療法をされている患者さんは、医師が指示した1日の測定回数に応じて、必要な枚数の試験紙が保険で給付されます。また、測定に必要な簡易測定器や穿刺針、穿刺器具なども給付の対象です。自己注射療法をしていない患者さんも、病状によっては年に1度、健保が適用されます。健保が適応されない方は、薬局等で自費購入となります。

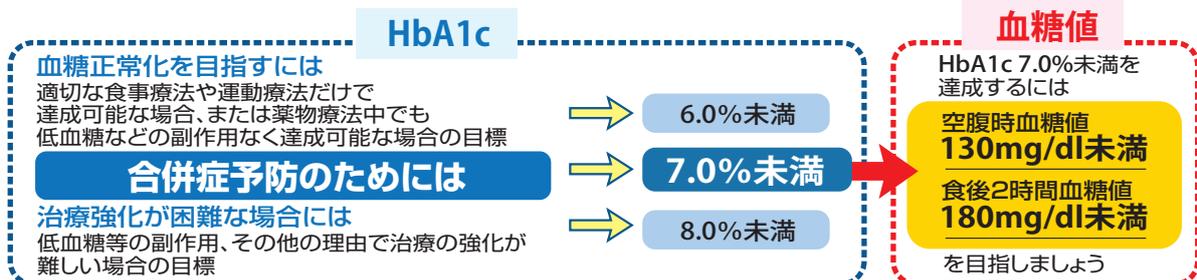
自己血糖測定器の、最近の進歩はめざましく、小型・軽量で、操作も簡便な、使いやすい機種がいろいろ出ています。また、新しいフラッシュグルコースモニタリングシステムは、500円玉サイズのセンサーを腕に張り付け、レシーバーを近づけると、血糖値が表示されます。1回センサーを張り付けると、14日間グルコース値を持続的に測定できます。日本でも平成29年1月より医療機関を通じて自費購入が可能となりました。インスリン療法をしている1型糖尿病成人患者さんにおいて、フラッシュグルコースモニタリングシステムを用いると、通常の自己血糖測定に比べ、低血糖の回数が減り、1日の低血糖時間を約1.4時間短縮できることが、研究で発表されています。

(Lancet. 2016 Nov 5;  
388(10057):2254-2263)

(内科 荒木 里香)



(Abbott FreeStyle Libreのホームページより)



(日本糖尿病学会「糖尿病診療ガイドライン2016」より一部改編)