

## 病気と向き合うサイトなら



# H 糖尿病



気になる症状や病気、検診結果、病気の中身、治療の内容など、あなたの年齢や性別、状況に合わせた情報を提供いたします。



### 糖尿病コンテンツ



#### ▶ 気になる健康と病気

糖尿病がどんな病気なのか、病気を予防するためにどんな生活が望ましいかについて解説します。また、検診が受けられるお近くの医療機関を検索できます。



#### ▶ 健康診断の結果のチェック

健康診断の結果などをご用意ください。検査結果をご入力いただくことで、指摘された異常をチェックしたり、理解を深めたりすることができます。



#### ▶ 病気と診断された

病気と診断され、これから治療を受けられる方が、納得して治療を受けられるようお手伝いをします。



#### ▶ 治療を受けている

現在治療を受けている患者さんやご家族の方を対象に、病気とつきあっていくためのポイントを整理します。また、これまでの治療経過を記録できます。

『2型糖尿病治療を受けている』方を対象にした解説です。

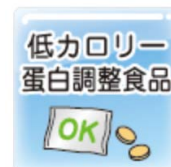
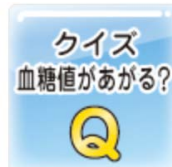
—後編—

糖尿病 ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている
---------	--------	--------------	----------	----------



## あなたの糖尿病治療ポータル

### ▶ 糖尿病の豆知識



### ▶ 糖尿病治療について



### ▶ 糖尿病コントロール状態について



### ▶ 合併症について



このDPFでは『糖尿病コントロール状態』以降の項目について説明します。それ以前は前編をご覧ください。



生活の工夫 ▶ 治療について ▶ 合併症について

## あなたの受けている治療について



### ・・・ 糖尿病のコントロール状態を調べます。

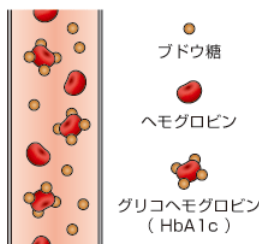
HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)とは、赤血球の中にあるタンパク質(ヘモグロビン)と、血液中のブドウ糖が組み合わさってできるグリコヘモグロビンの1種です。そのため「HbA1cが多い＝血液中のブドウ糖が多い」という判断ができます。

### 調べているものは？

血液中の赤血球にくっついたブドウ糖の量を調べます。

最近1～2カ月の間の、あなたの血糖値の平均がわかります。

**解説** ヘモグロビンは赤血球の中にある蛋白で、血管内のブドウ糖と結合して、グリコヘモグロビン(HbA1c)を形成しています。赤血球の寿命は約120日(4カ月)と言われており、その間は体内を巡って血管内のブドウ糖と少しずつ結びつきます。高血糖、つまり糖が多ければ多いほど、このグリコヘモグロビンも多くなるということです。



### 基準は？

糖尿病であるかどうかの判断基準として6.5%が用いられています。(6.5%以上の場合は、糖尿病または糖尿病が強く疑われる状態であるため、かかりつけ医への受診が必要です)。

すでに糖尿病と診断されている場合は、治療によって7%未満を維持することが目標となります。

HbA1cの値をよい状態に保つことができると、糖尿病の進行を遅らせることができ、合併症などの発症を未然に防ぐことができます。8.4%以上になると特に注意が必要で、この状態が3カ月続く場合は治療の見直しを主治医と相談されることをおすすめします。



### 検査方法と費用は？

採血による血液検査を行います。

事前の準備が不要のため、いつでも受けられます。

- 検査費用の目安(3割負担の場合)は

HbA1c検査 650円程度(2014年12月調べ)



上記の検査費用は「単体で行った場合」の金額です。同時に他の検査を行うと費用は変わる場合があります。あくまで参考としてお考えください。

糖尿病 ホーム

気になる健康

健康診断の結果のチェック

病気と診断された

治療を受けている



生活の工夫 ▶ 治療について ▶ 合併症について

## あなたの合併症について



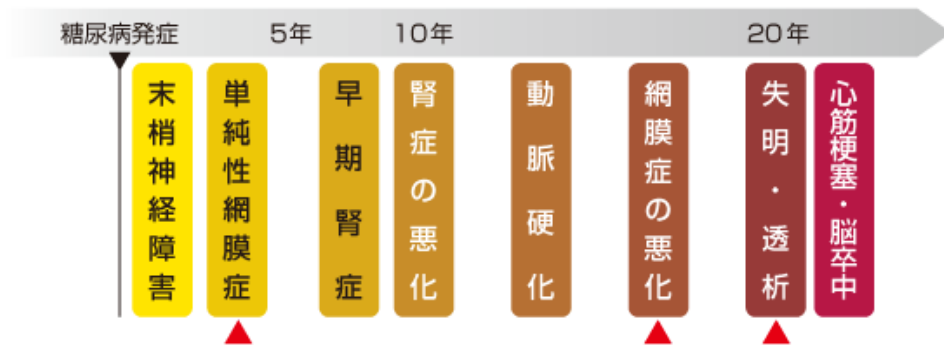
あなたの状態

… 自覚症状がないため眼科でチェックを受けましょう。

糖尿病三大合併症の1つです。

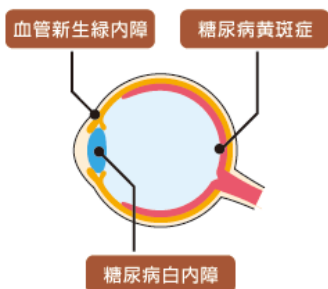
糖尿病患者全体の40%に網膜症が存在すると言われています。糖尿病の期間が長いほど出現率は高くなり、糖尿病発症から10年以上が経過した患者の60～70%に起こっています。

かなり進行するまで自覚症状はないため、定期的な眼科でのチェックが大切です。



## 糖尿病網膜症って？

網膜には細い血管が多く存在します。高血糖で血液がドロドロになると、血管が詰まったり、破れて出血が起こります。それらの症状が進行すると、網膜剥離や失明になることもあります。



#### 血管新生緑内障(けっかんしんせいりよくないしょう)

糖尿病が原因で引き起こされる緑内障の一種です。糖尿病になると網膜の血管が詰まったり、眼底出血を起こすことがあります。これが原因で網膜が酸素不足や栄養不足となり、それを補うために“新生血管”と呼ばれる異常な血管が作られます。この新生血管が目虹彩部分にできると、房水の出口部分が塞がれて眼圧が上昇し緑内障が起こります。治療は、早期にはレーザー治療がありますが、虹彩部分に新生血管が作られていると手術を行うこととなります。治療法はありますが、大変に治療が難しい病気とされています。

#### 糖尿病黄斑症(とうりょうびょうおうはんしょう)

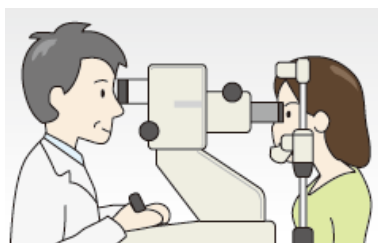
糖尿病が原因で起こる黄斑症のことを言います。ものを見るために最も重要な部分である黄斑は網膜の中心にあります。その黄斑付近に糖尿病による毛細血管瘤の多発や血液成分の染み出しなどが起こり、黄斑にむくみを生じた状態が糖尿病黄斑症です。単純糖尿病網膜症の段階でも起こることがあり、視力が低下するなどの自覚症状が見られます。治療には、段階に応じてレーザー治療や硝子体手術が行われます。

#### 糖尿病白内障(とうりょうびょうはくくないしょう)

糖尿病が原因で体内に糖分が多く蓄積され、水晶体が白く濁ることで起こります。一般的な白内障の多くは年齢とともに発症しますが、糖尿病が存在すると若い頃から早いスピードでの進行が見られます。治療には、一般的な白内障と同様に水晶体の濁った部分を取り出して、眼内レンズを入れる治療が行われます。

## 眼科ではどんな検査をするの？

眼底カメラでの撮影や、電気検眼鏡と呼ばれる検査器具を用いて網膜の状態を見る、精密眼底検査を行います。この検査ではごく小さな出血も発見することができます。



### ●検査費用の目安(3割負担の場合)は…

- ・眼底カメラ(通常方法) 150円程度 : (蛍光眼底法) 1500円程度
- ・精密眼底検査(電気検眼鏡使用時) 片側 200円程度



### 注意

上記の検査費用は平成22年時点の「単体で行った場合」の金額です。同時に他の検査を行うと、費用は変わる場合があります。あくまで参考としてお考えください。

## どんな病期があるの？

病期	正常	単純網膜症	前増殖網膜症	増殖網膜症
眼底写真(イメージ)				
主な治療は？	—	血糖のコントロール	光凝固術を行い増殖網膜症への進行を予防	重症例には硝子体手術を施行
眼科受診の目安は？	6カ月～1年	3～6カ月	1～2カ月	2週間～1カ月 治療後安定すれば3～6カ月



[http://www.nichigan.or.jp/public/disease/momaku\\_tonyo.jsp](http://www.nichigan.or.jp/public/disease/momaku_tonyo.jsp)

日本眼科学会の糖尿病網膜症説明画面を表示します。





生活の工夫 ▶ 治療について ▶ 合併症について

## あなたの合併症について



あなたの状態

… 尿検査で早期発見でき、治療で進行を抑制できます。

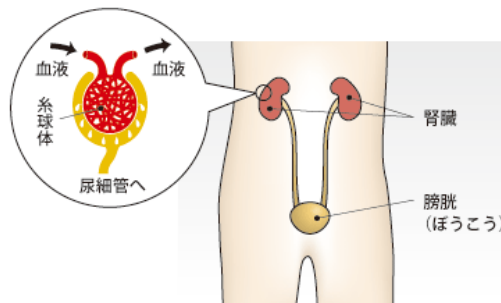
糖尿病三大合併症の1つです。

糖尿病発症から10年以上が経過すると発症率が高くなります。2007年時点で透析療法導入になる原因疾患で糖尿病腎症が43.4%と第1位となりました。自覚症状は出にくいですが、尿検査で早期発見でき、発見後は治療することで進行を抑制することができます。



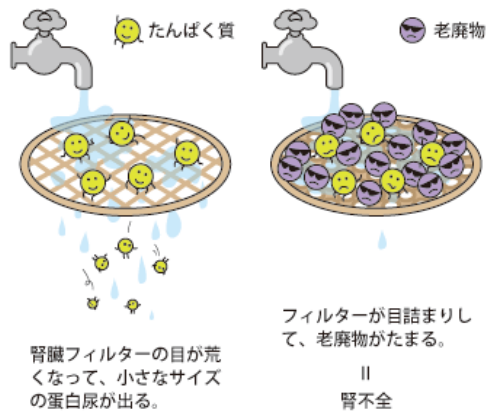
## 腎臓って？

片側の腎臓に約100万個ずつの糸球体があります。糸球体はフィルターの役割を果たし、体に必要なものを残し、老廃物は取り除きます。



## 糖尿病腎症って？

血糖が高い状態が続くと糸球体の毛細血管が痛み、フィルターの機能が低下します。その結果、尿に身体に必要なたんぱく質が漏れ出し、体には不要な老廃物がたまってしまいます。



## どんな病期があるの？

病期	どんな検査をするの？	主な治療は？
第1期 【腎症前期】		血糖のコントロール 目標：HbA1c 7%未満 血圧のコントロール 目標：130/80mmHg未満
第2期 【早期腎症】	たんぱくより小さいアルブミンが尿に出現します。 微量アルブミン尿 30~299mg/日	食事のコントロール (たんぱく制限食) 標準体重1kgあたり 1~1.2g
第3A期 【顕性腎症前期】	たんぱく尿が出現します。 GFR 60ml/分以上	標準体重1kgあたり 0.8~1g
第3B期 【顕性腎症後期】	たんぱく尿が出現しています。 GFR 60ml/分未満	目標：125/75mmHg未満
第4期 【腎不全期】	たんぱく尿が出現しています。 血清クレアチニン $\leq 2$	標準体重1kgあたり 0.6~0.8g
第5期 【透析療法期】		標準体重1kgあたり 1~1.2g

## どんな検査をするの？

検査費用の目安(3割負担の場合)は…

- ・尿中アルブミン検査 500円 程度
- ・尿蛋白定量検査 100円 程度
- ・血液検査(クレアチニン) 100円 程度



### 注意

上記の検査費用は平成22年時点の「単体で行った場合」の金額です。同時に他の検査を行うと、費用は変わる場合があります。あくまで参考としてお考えください。



生活の工夫 ▶ 治療について ▶ 合併症について

## あなたの合併症について



あなたの状態

… 早くに発症、見逃さずに治療を始めましょう。

## どんな症状があるの？

高血糖が原因で悪くなるのは「末梢神経」です。末梢神経には下記の3つがあります。

糖尿病三大合併症の1つです。

合併症の中では早くに発症することが多く、初期症状は手足先のしびれや違和感、異常な冷えなどが多くみられます。

これらの症状は慣れてくると放置されがちですが、さらに進行すれば麻痺や立ちくらみ、膀胱機能の異常などの大きな症状へと悪化していきます。



痛みを感じる  
感覚神経

【末梢神経と関連する症状】





筋肉を動かす

## 運動神経

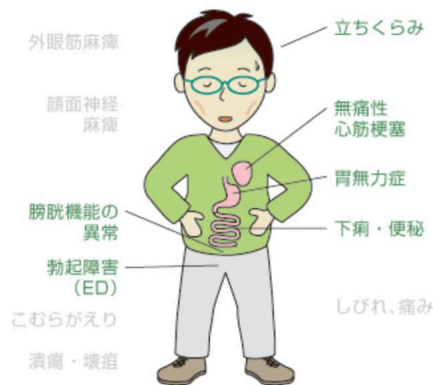
【末梢神経と関連する症状】



内臓の働きや血圧や体温を調節する

## 自律神経

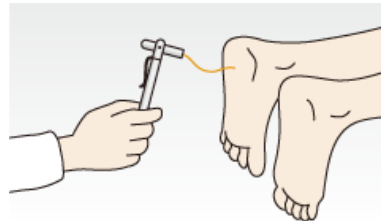
【末梢神経と関連する症状】



## こんな検査でチェックします(主な検査の一例)

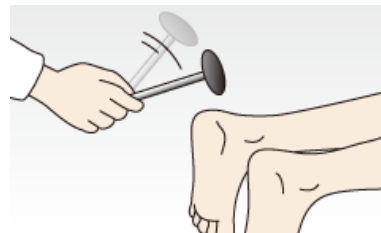
### ●モノフィラメントを使った触覚検査

足の親指や小指にモノフィラメントで触れ、どこまで感じ取れるかで感覚神経障害の程度を調べます。



### ●ハンマーを使った腱反射検査

椅子やベットの上で立て膝姿勢を取り、ハンマーでアキレス腱を叩き、初期症状の腱反射低下の程度を調べます。



### ●音叉を使った振動覚検査

振動させた音叉をくるぶしに当て、感覚神経障害の程度を調べます。



他にも安静時と深呼吸時の心電図を比較して自律神経の働きを調べる呼吸心拍変動係数、末梢神経による刺激の伝わる速度を調べる末梢神経伝導速度などの検査があります。

糖尿病 ホーム	気になる健康	健康診断の結果のチェック	病気と診断された	治療を受けている	
---------	--------	--------------	----------	----------	--



## 医療機関をさがす

下の青い文字をクリックすると、『なら医療情報ネット』へ移動します。

病院を探す時の参考にして下さいね。



<https://www.qq.pref.nara.jp/qq29/qqport/kenmintop/>

## 注意事項

このPDFでは、皆様が医療機関を受診する前に知りたいこと、気になること、知っておきたいことをお示しています。しかし、皆様の身体の状況、遺伝的素因、生活環境、疾患の特殊性など、さまざまな要因によってお示している状況と異なる場合もございます。最終的には、医療機関を受診し、医師あるいは医療スタッフと相談の上、総合的なご判断をいただく事をお勧めいたします。

## 利用規約

掲載されている情報の内容に関しては万全を期しておりますが、その内容の正確性及び安全性を保証するものではありません。

掲載されている情報によって被った損害、損失に対して一切の責任を負いません。