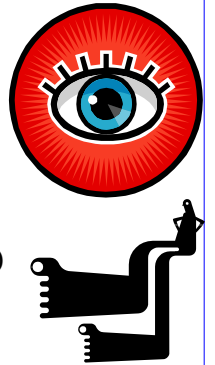




松阪市大口町154-1 TEL 0598(53)1177

くまモン みたら、7%!

平成20年、日本糖尿病学会では糖尿病は予防や治療をすることができること、またその根幹が、健康的な食生活（Diet）と適度な運動（More Exercise）であることを「東京宣言2008」として宣言いたしました。時期を同じくして2008年から特定健診・特定保健指導が始まり、メタボリック症候群という名は広く世間に知られるようになりましたが、糖尿病網膜症による失明者は年間3,000人以上（新規失明者の約18%）、糖尿病腎症による新規透析導入者は年間16,000人以上（新規透析導入の約44%）、糖尿病足病変による下肢切断者が年間3,000人以上（全切断患者の40~45%）であると報告されており、糖尿病合併症で苦しむ患者の数は今なお減少していません。



過去1~2ヶ月の血糖の平均値を反映する臨床検査値であるHbA1c。特定健診の項目にも含まれておりますが、ご自分のHbA1cをご存知ですか？平成25年5月、日本糖尿病学会は、合併症予防のために、多くの糖尿病患者さんにおける血糖管理目標値をHbA1c 7%未満とし、より良い血糖管理などを通じて糖尿病の合併症で悩む人々を減らすための努力を惜しまないことを宣言しました。

「熊本宣言2013」

あなたとあなたの大切な人のために

Keep your A1c below 7%

HbA1c 7.0未満に対応する血糖値の目安は、空腹時血糖値130mg/dl未満、食後2時間血糖値180mg/dl未満。

食事療法と運動療法が大切な事は勿論ですが、適切な薬物療法をも併用しながら、目標値以下を目指す事が大切です。

治療薬としては、インスリン製剤の他、最近の治療薬の進歩により内服薬としてインスリン抵抗性改善（ピグアナイド薬・チアゾリジン薬）、インスリン分泌促進（スルホニル尿素薬・グリニド系薬・DPP-4阻害薬）、食後高血糖改善（α-グルコシダーゼ阻害薬）といった、様々な作用の薬が使用できるようになっており、個々の病態に応じて種々併用する事が可能です。

平成26年春には、腎臓で糖を再吸収する輸送体の働きを阻害し、尿中に余分な糖を排出することで血糖値を下げる働きがある「ナトリウム・グルコース共輸送体（SGLT）2阻害薬」も発売される予定です。

また、糖尿病と脂質異常症を合併している人に対し余分な脂肪を便中に排出する作用の抗肥満薬も近日中に発売予定で、2型糖尿病で食事療法がうまくいかない人にとっての福音となるかも知れません。

国内では予備軍も含めて2,200万人もいるとされる糖尿病。決して他人ごとではありません。今一度、健康診断の結果を見直して「くまモン」を思い出して下さい。

血糖コントロール目標

コントロール目標値 ^{注4)}			
目標	血糖正常化を目指す際の目標 ^{注1)}	合併症予防のための目標 ^{注2)}	治療強化が困難な際の目標 ^{注3)}
HbA1c (%)	6.0未満	7.0未満	8.0未満

治療目標は年齢、罹病期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して個別に設定する。

- 注1) 適切な食事療法や運動療法だけで達成可能な場合、または薬物療法中でも低血糖などの副作用なく達成可能な場合の目標とする。
 注2) 合併症予防の観点からHbA1cの目標値を7%未満とする。対応する血糖値としては、空腹時血糖値130mg/dl未満、食後2時間血糖値180mg/dl未満をおよその目安とする。
 注3) 低血糖などの副作用、その他の理由で治療の強化が難しい場合の目標とする。
 注4) いずれも成人に対する目標値であり、また妊娠例は除くものとする。

