



糖尿病通信

—99—

糖尿病と上手にお付き合いするために

更に上級のコントロールを目指して!

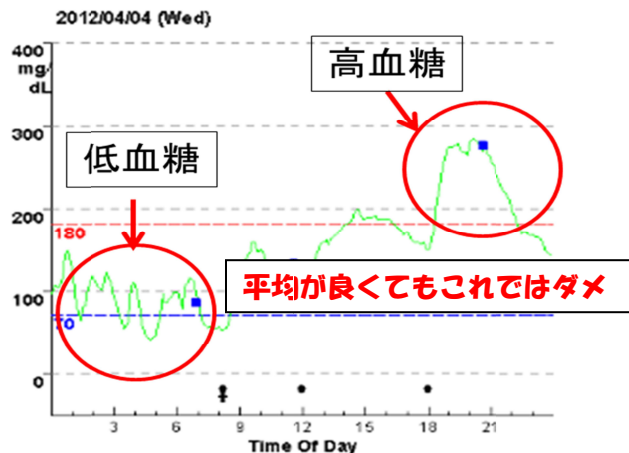
HbA1c の変化だけではわからない毎日の血糖変動。安定した、もう一段上のコントロールを目指しましょう。

1. 血糖コントロールの目標

理想の血糖コントロールとはどんなものなのでしょうか? 高すぎないのはもちろんですが、でもそれだけではありません。血糖の振れ幅を小さくし、低血糖を起こさず、穏やかな血糖の動きを実現することが、合併症を防ぐためにとても重要なのです。

2. HbA1c

HbA1c は皆さんよく御存じの基本となる検査で、血糖コントロールの目標として使われます。過去 1-2 か月の血糖値の平均を反映していると考えます。



一般的には7%未満をめざします。ただし、平均ですから、血糖の変動が大きいかどうかはわかりません。とても高い時があっても、ひどい低血糖があれば、平均すると理想的になり、隠れ高血糖、低血糖を見逃すことになります。

3. 1,5-AG の意味

当院では、HbA1c の他に 1,5-AG という検査も行っています。この検査の正常値は $14 \mu\text{g/ml}$ 以上です。

尿糖は、血糖が $170 \sim 180$ 以上になると出てきます。

尿糖の量が多いと、1,5-AG は低下します。

1,5-AG は、低血糖の影響は

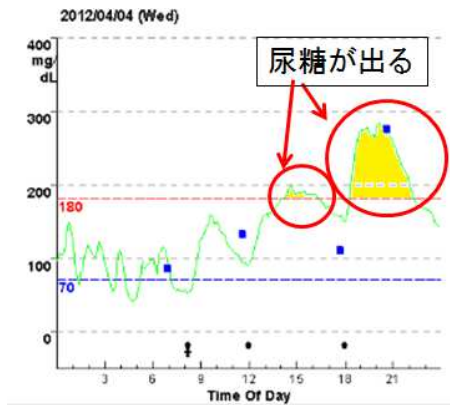
受けず、高血糖のみを見る検査です。持続血糖測定検査 (CGM) を行った患者さんで調べてみると、1,5-AG 値が高いほど血糖値の変動幅は少なく、1,5-AG 値が低いほど血糖変動が大きいことがわかりました。

$10 \mu\text{g/ml}$ 以上を目指しましょう。

4. HbA1c と 1,5-AG を合わせてみると...

① HbA1c が 7% 以上、1,5-AG が $10 \mu\text{g/ml}$ 以下の方

恐らくいつも血糖は高め。ただし、食事がとても不規則な人や 1 型糖尿病の方は、隠れ低血糖があるかもしれません。治療薬や食事療法の見直しが必要です。また、HbA1c が変化しなくても、1,5-AG 値が改善してくれば、食後血糖の改善があると考



えられます。いい兆しです。

② HbA1c が 7% 以上、1,5-AG が $10 \mu\text{g/ml}$ 以上の方

食後に血糖が上がるより、全体が平均して高めの場合が多いので、インスリンの基礎分泌を増やす薬、インスリン抵抗性を改善する薬、体重のコントロールなどに取り組みましょう。

③ HbA1c が 7% 以下、1,5-AG が $10 \mu\text{g/ml}$ 以下の方

空腹時の血糖はそれほどではなくても、食後高血糖が考えられます。食事の仕方の工夫、食後高血糖改善薬の利用などを考えましょう。

また、治療の内容によっては、低血糖が頻繁に起こっているのかもしれない。SU 薬やインスリンを使用中の方は要注意です。



④ HbA1c が 7% 以下、1,5-AG が $10 \mu\text{g/ml}$ 以上の方

良くコントロールできています。低血糖に気を付けながら、生活習慣の改善に努めてください。

5. 1,5-AG が異常値となる糖尿病以外の原因

異常低値となる場合

腎性尿糖、胃切除術を受けている方、妊娠中、慢性腎不全、肝硬変、グルコバイを服用中の方 (他の αGI 薬は問題ありません)、SGLT2 阻害薬 (新薬) 服用中の方など。

異常高値となる場合

漢方薬の人参養栄湯、加味帰脾湯を飲んでいる方。

* 現在の健康保険診療では HbA1c と 1,5-AG を同時測定することは認められていません。当院では 1,5-AG の検査料のみいただいています。

内科 柳澤 徳山