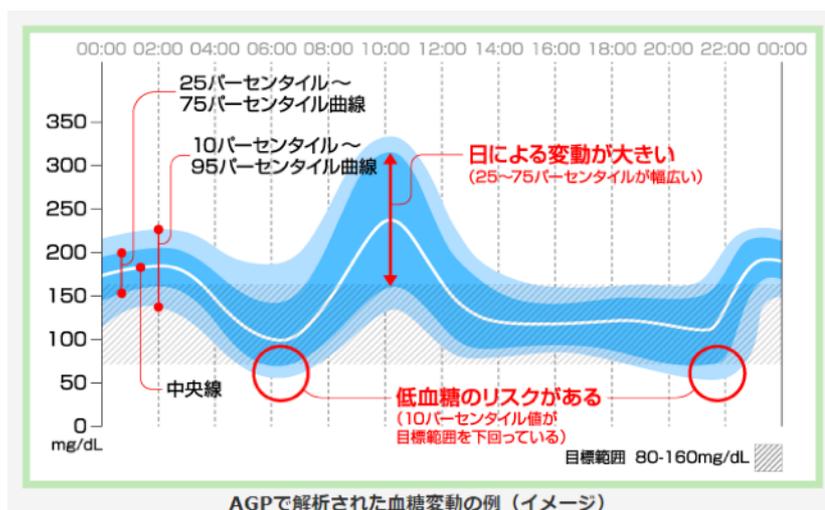


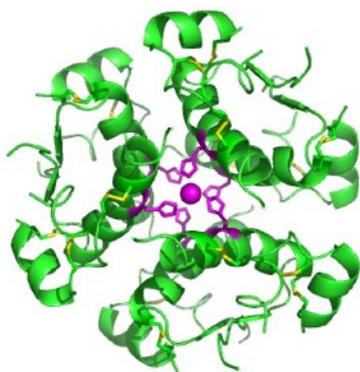
右図は「糖尿病リソースガイド」から引用しました。外来ブドウ糖プロファイル（略してAGP）は1日の中での血糖変動を示します。

きめ細かい血糖管理のために有用な情報です。下の写真の装置はそれを自動的に把握できる装置の例です。



心臓血管外科★健康講座

糖尿病は生活習慣病の一つです。尿に糖が出るだけの病気ではありません。高血糖によって全身の動脈が傷つき、心筋梗塞や失明、腎不全、足の切断などに至ります。



インスリンの構造
(Wikipediaより)

インスリンは膵臓から血中に分泌されます。

岩手県立中央病院心臓血管外科では、身近な医療情報を解説した健康講座を県民の皆さんに提供します。第34号は「糖尿病」です。

糖は細胞が生きていくために必要な栄養です。体内にはグリコーゲンという形で糖が貯蔵され、糖が足りない時、つまり空腹、飢餓時にはいろいろなホルモンの作用で血液中に供給されます。しかし、細胞が糖を取り込むために必要なホルモンは1つ、インスリンだけです。

食事で糖が吸収され血糖値が上がると、インスリンが膵臓から分泌されて細胞に取り込まれ、血糖値は下がります。生まれつきインスリ



AGPを自動的に測定、解析
できる装置の例

各メーカーのサイトより引
用しました。

ンの分泌が少ない、あるいは食べ過ぎなどで急
な血糖値の上昇（**血糖値スパイク**）が頻繁に起
きる、**運動不足**や**肥満**などで、次第にインスリ
ンの働きがうまくいかなくなるのが**糖尿病**で
す。過去1～2ヶ月の血糖値を反映する**HbA1c**
（**ヘモグロビンエーワンシー**）が診断の目安と
なります。最初の治療は**食事の見直し**と**運動を**
心がけることです。

次の治療としては**インスリンの分泌を促す内**
服薬や**インスリンそのものを注射**することで血
糖を低下させます。インスリンが効きにくくな
ると、高血糖が持続するとともに、糖を細胞内
に取り込めず、細胞内は**飢餓状態**になります。

また、**高血糖の状態は、動脈硬化を促進**しま
す。細い動脈が重要な役割を果たしている**目の**
網膜、心臓、腎臓などが機能を失っていきま
す。全身の組織の動脈も傷つき、組織自体の元
気もなくなるため、**キズも治りにくくなる**ので
す。脳の血管も傷つき、**認知症にもなりやす**
くなります。

最近では、左の写真のような装置が利用され、
極端な低血糖や高血糖を減らす管理ができるよ
うになってきています。

当科の手術を受けた方も引き続き**血糖管理を**
きちんとしていくことを強くお勧めします。

岩手県立中央病院心臓血管外科

健康講座 第34号