



VO  
87  
10年  
07月

今月の  
特集

糖尿病の診断基準の変更

## 糖尿病の診断基準が新しくなりました (HbA1c 6.1% 以上が判定区分項目に加わる!)

2010年5月の糖尿病学会で糖尿病の診断基準が新しくなりました。

①空腹時血糖 126mg/dl 以上, ②食後血糖 (随時血糖) 200mg/dl 以上, ③ブドウ糖負荷試験 2 時間値 200mg/dl 以上 の3つのうちいずれかひとつ, それと HbA1c 6.1%以上が診断項目に加わりました。今までは診断項目には HbA1c は直接は入っていませんでしたが, 世界的に糖尿病の診断に HbA1c が用いられるようになった為, 今回の改訂では HbA1c を積極的に取り入れるために追加されたものと考えられます。

原則として糖尿病の診断の為には1日だけではなく2日以上の検査が必要で, 1日だけ血糖値が①②③のうちどれかに該当した場合には「糖尿病型」(糖尿病の疑い)と判定して「糖尿病」の診断はせず, 別の日にもう一度検査して「糖尿病」と診断することになっています。

従来の診断基準は, 補助項目として HbA1c が 6.5% 以上ある場合 (そのほかにも糖尿病特有の症状などがある場合) には例外としてその日のうちに糖尿病の診断をつけることができるとしていました。今回の改訂で HbA1c を補助的な項目から判定基準の①②③と同等な位置に格上げし, さらに HbA1c が 6.5%以上ではなく, 6.1%以上と①②③があれば糖尿病と診断できるように改定されています。

また「糖代謝異常」の判定区分として「境界型」(空腹時血糖 110mg/dl 以上, ブドウ糖負荷試験 2 時間値 140mg/dl 以上) という区分を以前どおりに設定しています。「境界型」は糖尿病に移行することが多く, また動脈硬化による病気になる危険が高いとされています。

一方 HbA1c を用いて HbA1c 5.6 ~ 6.0% の場合は「糖尿病の疑いが否定できない」, HbA1c 5.2 ~ 5.6% の場合は「現在糖尿病でなくても将来糖尿病の発症リスクが高い」と記載されています。

## 第15回茨城県糖尿病ウォークラリーに参加しました。(担当: 糖尿病療養指導士 細谷)

6月13日水戸でウォークラリーが開催されました。心配された雨も降らずお天気に恵まれ, とても暑かったです。今回は37名と前回の参加人数をかなり上回る多数の御参加をいただきありがとうございました。

朝早い集合時間にもかかわらず意気揚々とした皆様のパワーにやや圧倒されながら約1時間のバスの旅を楽しみ, 午前中は3人の先生方からそれぞれ, 自分の内服している薬や検査データ, 足についての講義があり, 日頃院長が皆様にお話ししているように, 糖尿病だけではなく, 血圧, 高脂血症, 肥満など総合して気をつけていくことが大切であるということ再認識しました。



午後から偕楽園を当クリニックは5班に分かれて散策しました。(全体で300人の参加とのことでした)今回は当院の「1型糖尿病の会」と「ひたち野糖友会」としての行事を兼ねての参加でした。初めて参加される方も多かったようですが, 日頃運動している方が多く, 約1時間半の散策も皆様にとっては苦ではなかったようでした。皆様いかがでしたか? (正直私はバテました...)

千波湖湖畔では水戸藩開藩400年記念映画『桜田門外ノ変』のオープンセットも公開しており, とても賑やかでした。それにも負けず劣らず各班ともかなりの賑わいで, 楽しい会となりました。また, 普段素顔の見えないスタッフやなかなか交流の少ないスタッフと患者さんとの楽しい交流の場を持つことができ, とても和やかで有意義な1日を過ごすことができました。

最後に「結果」は, 前々回優勝した則武隊ですが, 今回は5班とも入賞もならず撃沈でした...いろいろ行き届かない点もありましたが, これに懲りず, またのご参加をお待ちしております。ありがとうございました。

## 当院の調理教室のお誘い (於 牛久市生涯学習センター)

当院では女性を対象として「ダイアレディーズの会」を年に3-4回ほど当院セミナー室で実施してきました。今年は初めて男性にも参加してもらって下記の場所で30人規模の調理実習を企画しましたのでぜひご参加ください。

調理と食事を一緒に楽しみましょう。【日時】2010年9月12日(日)

午前10時から午後2時まで 【場所】牛久市生涯学習センター1階

【お申し込み】参加費1000円を添えてスタッフまで, 要予約

## 休診のお知らせ

7月18日~22日と8月12日~19日は都合により休診とします。御迷惑をお掛けしますが宜しく御了承ください。

7月

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

8月

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

夏らしくなってきました。梅雨のあいだは蒸し暑くて嫌ですね。皆様, 体調に注意なさって, 汗をかきすぎたりして水分不足にならないようにお過ごしください。