

☆今月は糖尿病の検査です☆

—血糖（糖尿病診断の決め手となる検査）—

口から摂取した糖質は腸から吸収され、ブドウ糖として血液中に入ります。この血液中のブドウ糖を血糖と呼びます。

血液中のブドウ糖（血糖）は、生命活動を維持するエネルギー源として利用されているため、一定の濃度に保たれています。それを超えると、膵臓からインスリンというホルモンが出て、血糖を下げるように働きます。

糖尿病になると、インスリンが不足し血糖値が上がります。

<正常値>

空腹時血糖：70～110mg/dl

—グリコヘモグロビン（糖尿病患者の血糖コントロールの目安）—

赤血球の中にあって体内に酸素を運ぶヘモグロビン（Hb）と、血液中のブドウ糖とが結合したものをグリコヘモグロビン（HbA1）といいます。大人のヘモグロビン（Hb）はHbA1とHbA2とに分かれますが、さらにHbA1はHbA1a、HbA1b、HbA1cに分かれます。

糖尿病にかかると、おもにHbA1cが高くなります。

ヘモグロビンとブドウ糖が一度結合すると、赤血球の寿命の約120日間はそのままの状態のため、1～3ヵ月間の長期血糖コントロールの目安として用いられています。

<HbA1cの正常値>

4～6%（測定方法により多少異なります）

◆尿の検査◆

尿糖（糖尿病診断の第一歩となる検査）

健康な時なら、糖は尿中に出ることなく、出たとしても尿細管で吸収されて血液中に戻ります。

体に異常があって血糖値が一定限度を超えると、腎臓から多量の糖が尿にもれ出てきます。この尿の中の糖を測るのが尿糖の検査です。

<家庭でできる尿糖検査>

糖尿病と診断された人には、家庭での試験紙による尿糖検査は血糖コントロールの目安になります。朝一番に排尿し、朝食前にもう一度排尿したもので検査するのが早朝空腹時尿糖検査です。

血糖がよくコントロールされていると、毎日どんな時間に検査しても、陰性となります。また、食後の尿糖が陽性でも、早朝や食前、寝る前の検査で陰性なら心配はいりません。