

11月14日は世界糖尿病デー

# 減らさんで、糖尿病 2019

徳島大学先端酵素学研究所 糖尿病臨床・研究開発センター センター長・教授 松久 宗英

**ヘモグロビンA1cが低くなりすぎていませんか**

ヘモグロビンA1c(HbA1c)をご存知でしょうか。健診でもよく測る検査で、1〜2か月の血糖値の平均値を反映します。糖尿病の診断基準として用いられ、HbA1cが6.5%以上で糖尿病が強く疑われます。糖尿病治療の目標値としても用いられ、一般にHbA1cが7%未満になることをめざします。このレベルでは、糖尿病による目(網膜症)や腎臓(腎症)などの血管合併症がほぼ起こらないことから、この基準が定められました。しかし、最近治療によりHbA1cが低くなりすぎることも問題であることが明らかになっています。HbA1cが低い場合、意識障害をきたす重症低血糖に陥りやすいのです。特に、高齢者や腎機能低下時に、インスリン注射やインスリン分泌を強く促すスルフォニル尿素(SU)薬を用いる場合に起こりやすいです。したがって、65歳以上の高齢糖尿病の方で、認知機能や生活自立度の悪化とともに、インスリンやSU薬を使う場合は、目標HbA1cを7%より高めに設定し、下がりすぎを防ぐため下限値を考慮した治療が勧められています(図)。ヘモグロビンA1cは貧血などの影響を受けるので、自分の目標を主治医に確認し、適切な治療をめざしてください。

●高齢者糖尿病の血糖コントロール目標(HbA1c値)

健康状態 認知機能 生活自立度	健康状態 良好 認知機能正常 生活自立度が 正常	健康状態 低下 軽度認知障害 社会的生活 自立度が低下	健康状態 不良 中等以上度 認知障害 基本的生活 自立度が低下
重症低血糖が危惧 される薬の服用なし	7%未満		8%未満
重症低血糖リスク がある薬 (インスリン、SU薬など) の服用あり	65歳以上 75歳未満 7.5%未満 (下限6.5%)	75歳 以上 8%未満 (下限7%)	8%未満 (下限7%) 8.5%未満 (下限7.5%)

※社会的自立度(買い物、食事の準備、金銭管理など)  
※基本的自立度(着衣、移動、入浴、トイレの使用など)  
※日本糖尿病学会編「高齢者糖尿病治療ガイド」より改変