



VOL  
94  
11年  
02月

今月の  
特集



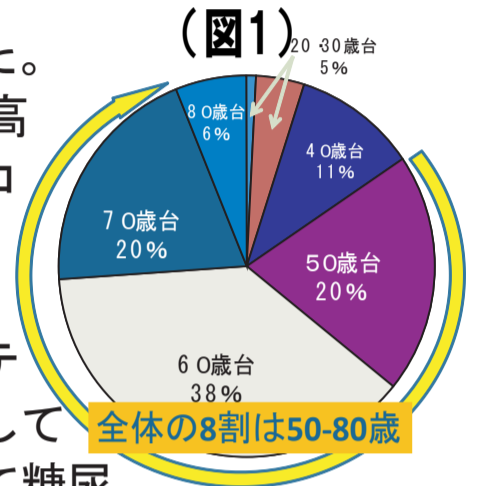
当院の糖尿病治療の分析

## 今年の当院での糖尿病治療の分析 (1)

毎年当院に通院中の方の血糖値を分析しています。当院も開業以来9年が経ち、来月から10年目に入ります。月日の経つのは速いものですね。今年の当院での診療を1月にまとめてみましたので、その一部をご紹介します。

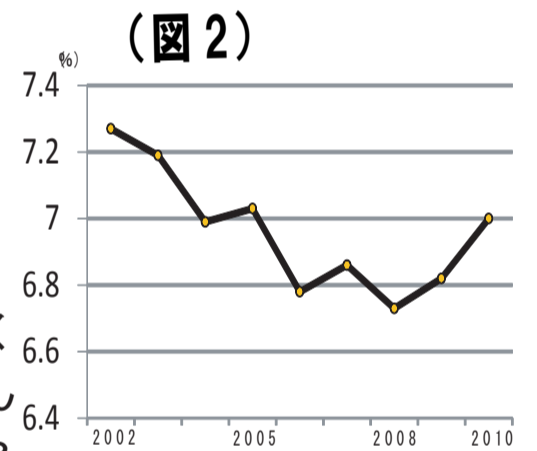
1日当たりの患者数の平均は69名で年々少しずつ増加しています。そのうち47人が糖尿病で全体の68%を占めています。また高血圧・高コレステロール・甲状腺疾患などの慢性疾患の方を合わせると全体の88%にのぼり、当院が慢性疾患の患者さん方から少しは頼りにされる存在として認知されてきたように感じ、うれしく思っています。私は代謝・内分泌内科が専門で、大学などでずっとその領域の診療・研究に携わってきました。これからもそれらの領域を通じて皆さんの健康維持に貢献できればと思っています。

当院の糖尿病患者さんの年齢は50歳から80歳までの方が全体の8割でした。また糖尿病患者さんの73%の方は高血圧を合わせ持っており、62%の方は高コレステロール血症を持っていることがわかりました。糖尿病と高血圧と高コレステロール血症のすべてを呈している方も糖尿病患者のうち45%もいることがわかりました。これらの病気をたくさん持っているほど動脈硬化が進みやすいことがわかっています。また糖尿病に比べて高血圧と高コレステロール血症は薬での治療が簡単でよく効く薬があります。糖尿病だと、どうしても血糖にばかり目が行きがちですが、これらの病気の治療をすることによって糖尿病の合併症が軽減したり、動脈硬化のためにおこる心筋梗塞や脳梗塞を予防できることがわかっています。どうかお忘れなく！！



### 「HbA1c」について

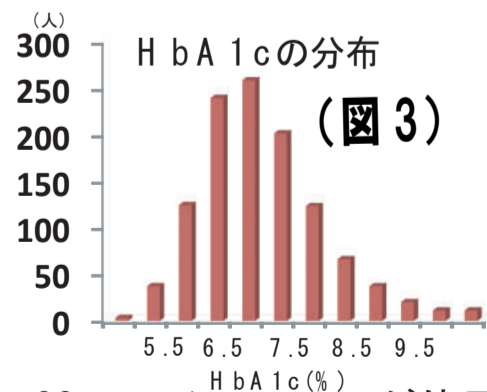
いつも診察時に皆さんにお見せしている月毎のグラフがあります。1~2か月の間の血糖の結果がだいたいわかってしまうHbA1cのグラフです。HbA1cはその日だけ血糖値が高かったり、低かったりすることにはほとんど影響を受けません。夏には低くなるのに冬になるといつも上がってしまう方が結構大勢います。寒くなると運動不足になったり、イモをカロリーの少ない野菜と勘違いしてたくさん食べてしまうことが原因になっている場合が多いように思います。どうですか？



1年間の皆さんのHbA1cの平均値を年毎にプロットしたのが右の図2です。当院の年間HbA1cの平均は毎年ちよとずつHbA1cの平均値が改善していましたが、この2年くらいは少し上昇気味です。6.5%未満が治療の目標として糖尿病学会から推奨されています。6.5%未満になると糖尿病があっても、合併症が起こりにくいためです。

しかし、専門的な治療を行っても、全員にこれを達成することは容易ではありません。(残念ながら糖尿病に関してはどなたにでも効果が十分な薬はまだないのが現状です) ヨーロッパ有数の専門病院でも1/5程度の方しか達成できなかったとの報告(Steno研究)もあります。

当院でHbA1cの1年間の平均が6.5%未満だったのは昨年では全体の36%でした。このところ35-42%前後で推移しています。今年は新しい糖尿病薬も使えるようになりそうなので皆さんと協力して6.5%未満達成者を増やしたいと思っています。



### 治療薬の種類

当院では糖尿病患者さんの23%にインスリンが使用されていて、飲み薬だけの人が59%、残りの18%の方が食事や運動だけで薬は使わずに治療していました。現状では約2/3の方が複数の種類の糖尿病の飲み薬を服用されていますが、血糖値が良好になれば飲み薬も減ります。

### 休診のお知らせ

3月17日(木)~21日(月)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お願いいたします。

2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					

3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		

寒い日が続いています。連日晴れているのは関東だけで、雪が多くて大変な思いをされている地方も多いようです。お正月に食べ過ぎた方、甘くてもイチゴはカロリーが多くないのでこの時期に召し上がれ！！