



# おおこうちだより Vol. 17



## 血糖値



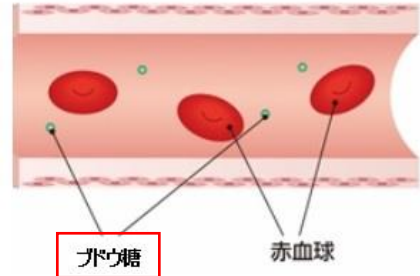
糖尿病の特徴は自覚症状が乏しく自覚症状のない高血糖により糖尿病合併症が進行していってしまいます。そのため定期的な検査が必要です。

## <血糖値>

血液中(100m l)に含まれるグルコース(ブドウ糖)の濃度を示した数値です。

基準値：70～109m g / d l (空腹時)

血管断面図

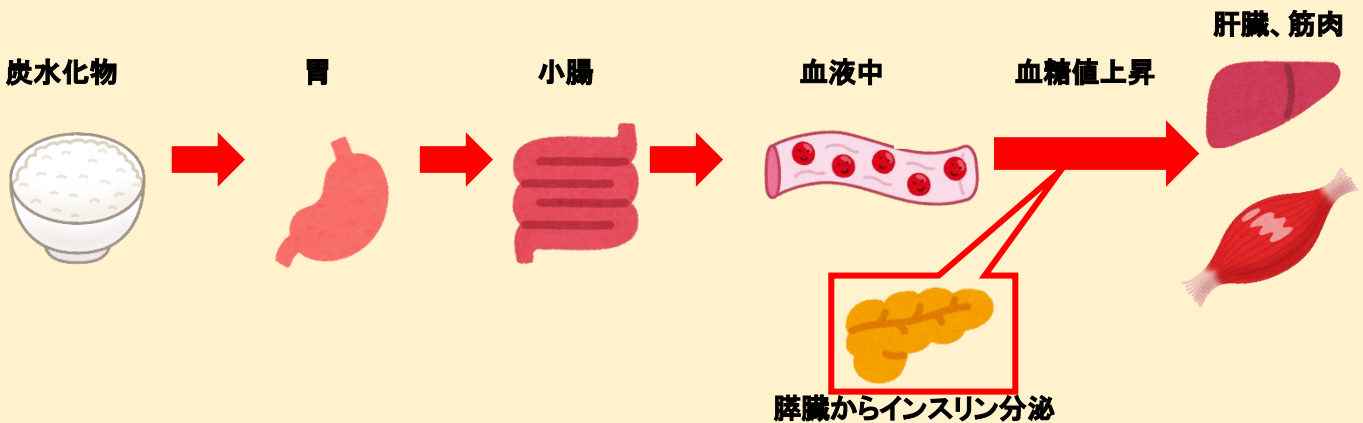


## <食べ物がブドウ糖になるまで～なぜ血糖値は上がる？>

食べ物(炭水化物)を食べると、胃で消化され腸の消化酵素によってブドウ糖に分解されます。その後、小腸で血液中にブドウ糖は取り込まれ全身に流れます。(血液中を流れるブドウ糖が増えると血糖値が上がります。)

血糖値が上がってくると膵臓からインスリンがでて血糖値を下げようとします。

この際にインスリンは肝臓と筋肉にブドウ糖を取り込ませ血液中の血糖値を下げようとします。糖質をたくさん含んだ炭水化物をたくさん食べると、それ以上ブドウ糖を取り込めなくなり血液中にブドウ糖が溢れ、高血糖状態が続きます。



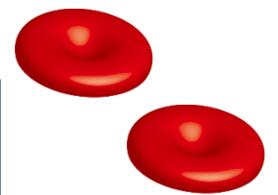
## <目標値>

糖尿病治療では、合併症予防のために

空腹時血糖 130m g / d l 未満

食後血糖 180m g / d l 未満

を目標としています。この数字はHbA1c7.0%ぐらいになると言われています。



※注)年齢や使用している薬により目標設定が違います。

みなさん、定期的な検査をしていきましょうね！