

# 血糖値が高いと言われたら

まずは、糖尿病が疑われます。

## ■ 糖尿病の基準値は以下のようになっています。

### 空腹時血糖値

・10時間以上絶食した状態で計測します。食事前、血糖値がもっとも低くなっている状態の値を判定します。

正常値	80mg/dl ~ 99mg/dl
糖尿病予備軍	100mg/dl ~ 125mg/dl
糖尿病の可能性が高い	126mg/dl 以上

数値資料：公益社団法人 日本人間ドック学会

### HbA1c(NSGP 値)

・10時間以上絶食した状態で計測します。食事や運動などの影響を受けない過去1~2ヶ月の血糖の平均値です。

正常値	5.5%以下
糖尿病予備軍	5.6% ~ 6.4%
糖尿病の可能性が高い	6.5%以上

数値資料：公益社団法人 日本人間ドック学会

## ■ 原因について

環境（外食産業の隆盛・自動車社会の繁栄・肥満の増加・ストレス社会・飲酒量の増加）など、条件は沢山そろっています。また、遺伝的な素因にも深く関係しています。

運動不足



食べ過ぎ・飲み過ぎ



肥満



ストレス



## ■ 症状について

ほとんど無症状ですが、血糖値が高い状態が続くと自覚症状が現れます。

疲れやすい



多尿



口渇・多飲



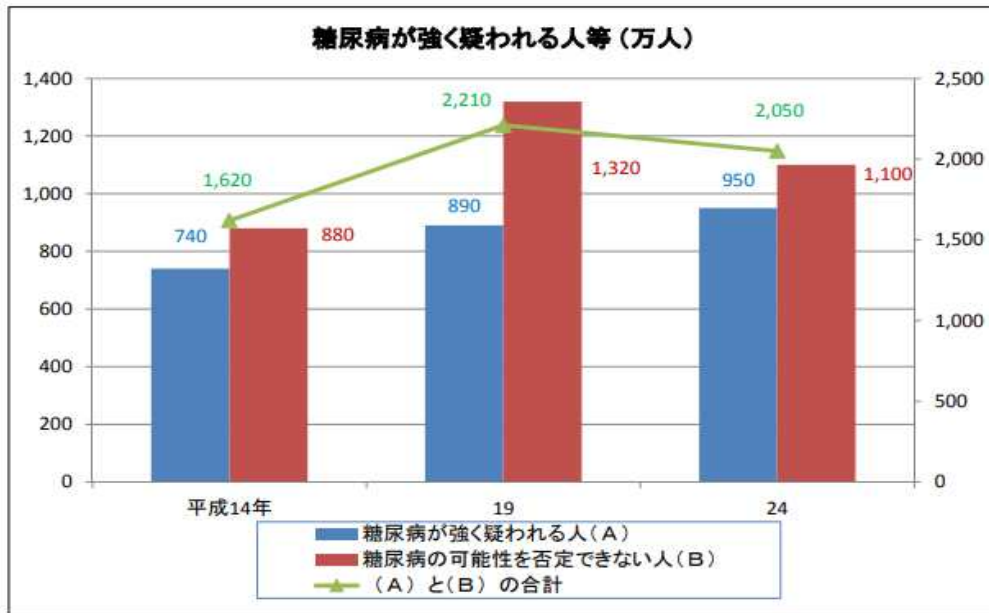
急にやせる



できものが出来やすい  
傷が化膿しやすい



## 【糖尿病患者は急増中！】



	H14	H19	H24
糖尿病が強く疑われる人 (A)	740	890	950
糖尿病の可能性を否定できない人 (B)	880	1320	1100
(A) と (B) の合計	1,620	2,210	2,050

資料:国民健康・栄養調査 (H14年は「糖尿病実態調査」) 厚生労働省

## 【怖いのは合併症】

神経障害(足がしびれる)



網膜症(ものが見にくい)



腎症(尿に蛋白が出る、足がむくむ)



**血糖値が高い状態が続くと、初期症状の次に深刻な合併症が起こります。無症状であっても血糖値が高い場合には、医療機関を受診しましょう。**

医療法人 仁和会 竜王リハビリテーション病院

〒400-0114 甲斐市万才 287 TEL 055-276-1155

URL <http://www.ryuo-rhp.or.jp/>

E-Mail [ryuo-rhp@tg7.so-net.ne.jp](mailto:ryuo-rhp@tg7.so-net.ne.jp)