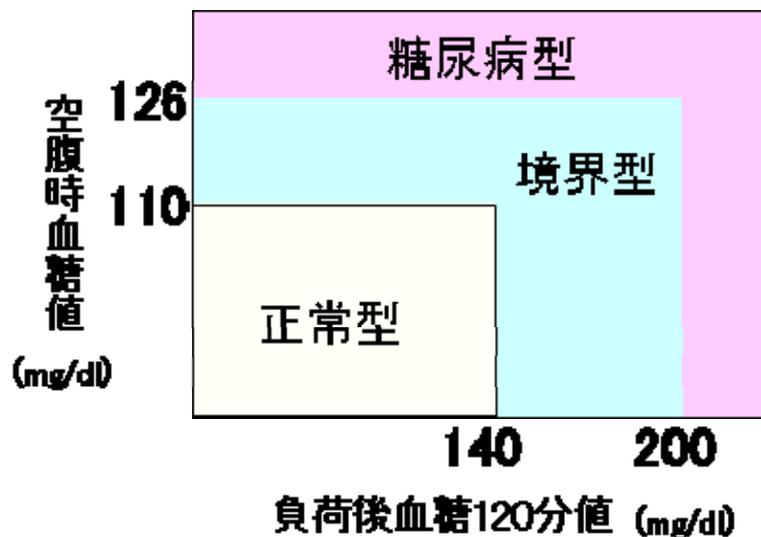


## 糖負荷検査について

現代に生きる我々は誰しも糖尿病になる可能性があります。糖尿病やその予備軍は自覚症状が乏しいため診断には健診が有効です。空腹時血糖値だけでは糖尿病全体の40～45%が見落とされるとの調査があり、当院の宿泊ドックではより正確な検査である糖負荷試験を行っています。糖尿病が見つかったらどうしよう、と思うかもしれませんが、早い段階で見つかるほど治療や対策の効果が高いと期待できます。お受けになった健診結果を生かし、まず自分の血糖値の状態を知ることからはじめてみませんか。

### #結果の判定



血糖 60 分値が 180mg/dl 以上の場合は、境界型に準じて取り扱う。  
空腹時血糖値 100～109mg/dl を正常高値と区分する。

### #境界型といわれたら

2006 年度の当院の受診者のうち約 4 人に 1 人が境界型糖尿病でした（一般住民健診ではもっと頻度が高いところもあります）。悲観する必要はないです。将来的に糖尿病になりやすい（血糖 120 分値が 170 ～199mg/dl では 10 年後に 60～70%が糖尿病になります）ので健診は毎年お受けください。また高血圧や脂質異常症がある場合はむしろそれらの治療を優先して行うことが血管をしなやかに保つ方策です。肥満がある場合は数 kg の減量で糖尿病になるのを防いだり、正常型へ戻ることもあります。肥満のない方は可能なら一度精密検査（インスリン測定）をおすすめします。

### #糖尿病型といわれたら

糖尿病はきちんと治療すれば普通の人と変わらない健やかな生活を送ることができます。体質や生活に合わせて治療法にも選択肢があります。医療機関を受診し相談してください。