# 糖尿病だより　vol.15

柏たなか病院
糖尿病サポートチーム
（2023年　11月）

## テーマ：血糖値

糖尿病教室を開催できない現状を受け、糖尿病サポートチームから患者さまへ おたよりを作成することになりました！！

## 糖尿病センター長 山内先生より

血糖値は食事をすると上がります。よく耳にする「空腹時血糖値」とは朝食前の血糖値のことです。昼食前や夕食前は少し高めになるので使われません。正常人では空腹時血糖値はおおむね二桁、糖尿病では126以上になります。食後の血糖値は正常人では140未満、糖尿病では200以上となります。その間の値はグレーゾーンとして扱われます。

鳥の血糖値は400ぐらいです。こんなに高くても死ぬことはありません。渡り鳥は飛行中に低血糖になると海にバタバタ落ちてしまいますから血糖値は高め維持です。高血糖で臓器障害が出るまでには10年以上かかります。そこまで寿命が保証されていない動物たちは低血糖にならないことの方が大事というわけです。アリの血糖値はもっと高いので食べると甘いと言われています。腹がすいたら試しに味わって下さい。血糖値が600～1000以上になると皆様方の血液も甘い味がしてきますので熊が喜ぶでしょう。

体の血管の中に存在しているブドウ糖の総量はたかだか6gで、コーヒーシュガー1，2本分です。そこにバナナ1本で25gの糖が入ってくると、高血糖にならないように膵臓も肝臓も必死で働いて、やがて過労死するわけです。

血糖値が高いほど臓器は障害されるので、普段気にしたほうがいい血糖値は空腹時ではなくて食後の血糖値です。ただ、食後血糖値は変動が激しいのでHbA1cや1,5AGといった血糖指標で推測しています。HbA1cが8，5%の人の平均血糖値は200ぐらいです。170で胎児に奇形が出るとされるほどブドウ糖の毒性は強いので、これはもっと下げなければいけません。

ちなみに私が過去出くわした最高血糖値は2300です。別に皆様の血糖値などかわいいものだと言っているわけではありません。ほったらかすとこんなホラーの世界に行くこともありますよ。

## 薬剤師松野より

### 造影剤を用いた検査の時、注意する薬

造影剤を用いた検査の時、注意が必要な薬があります。

造影剤とは血管や臓器を見やすくする目的で使われるもので、口から飲むものと血管に注射する2種類があります。このうち注射剤のヨード系造影剤では、造影剤投与の前後2日間（48時間）はビグアナイド（BG）系糖尿病薬を休薬する必要があります。

極めて稀ですが、 ヨード系造影剤の投与により一時的に腎機能が低下することで、BG系糖尿病薬の排泄が遅くなり、BG系糖尿病薬の副作用である乳酸アシドーシスが起こりやすくなるためです。BG系糖尿病薬として、よく使われるものには、メトホルミン、エクメット、メタクト、イニシンクなどがあります。

また、経口剤のボースデル内用液を使用して検査を行う場合、テトラサイクリン系抗生物質（ミノマイシン、ビブラマイシンンなど）、ニューキノロン系経口抗菌剤（クラビット、ジェニナック、グレースビットなど）、セフジニル（セフゾン）を服用している場合は、薬剤作用が減弱する恐れがあるため、造影検査終了後3時間程度は服用時間を空ける必要があります。

造影検査の説明の際にこれらの指示がありますので、従って下さい。