

## 6. 糖尿病とその予備群はどのような検査で分かるのでしょうか？

血糖値を測ることが必要です。空腹時の血糖値は 70mg/dL から 100mg/dL までの間に保たれています。食事を摂ると血糖値が上昇しますが、食後 2 時間過ぎると血糖値は下がって、次第に元の値に戻ります。血液検査で、この血糖値の動きを調べて診断します。

- ① 空腹時に測られる空腹時血糖値。健康診断では一般にこの方法で測られています。
- ② 食事に関係なく測られる随時血糖値があります。
- ③ 一定量のブドウ糖を摂取した後の血糖値の動きを測ることもあります。糖負荷試験と呼ばれています。

これらの検査で糖尿病型と診断されるのは、空腹時血糖値が 126mg/dL 以上か、75 グラムの糖負荷試験で 2 時間値が 200mg/dL 以上か、随時血糖値が 200mg/dL 以上の場合です。

正常型と診断されるのは、空腹時血糖値が 110mg/dL 未満で、75 グラムの糖負荷試験で 2 時間値が 140mg/dL 未満であることが確認された場合です。

このどちらにも入らない場合には境界型と診断されます。いわゆる糖尿病予備群です。空腹時血糖値が 110mg/dL 未満の正常範囲にあっても、食後の血糖値が 180mg/dL 以上になっている場合には、正常型とは云えず、高血糖による傷害が進行していくおそれがあるので糖尿病予備群として注意します。

ブドウ糖が血液中のヘモグロビンに結合した量を示すヘモグロビン・エー・ワン・シー (HbA1c) もよく測定されています。これは 1 カ月ほど前の平均的な血糖値を反映しています。6.5%以上は糖尿病の疑いが強くなります。今の特定健診では、5.2%以上は糖尿病予備群の可能性があると判断されています。

ブドウ糖がアルブミンに結合した量を示すグリコアルブミンが測られることもあります。グリコアルブミンは、2 週間ほど前の平均的血糖値を知るために測られます。基準値は 11% から 16%の間とされています。