

● 糖尿病を学ぶ集いがありました(2012.07.20)

7月20日金曜日 糖尿病を学ぶ集いがありました。当日の様子・内容をレポートします。



医師による講義

◆今回のテーマ

糖尿病とは	内分泌・糖尿病内科医師 恒川 卓
検査から糖尿病を知る	臨床検査技師 天野剛介
糖尿病と腎臓について	腎臓内科医師 山本義浩

糖尿病とは

- ・糖尿病の定義について
- ・インスリンとは
- ・インスリンの作用不足とは(インスリン感受性・インスリン分泌能)
- ・慢性の高血糖状態とは
- ・診断基準について
- ・どうして血糖値が高いといけないのか などのお話がありました。

☆糖尿病の治療目標☆

糖尿病であっても健康な人と同じ寿命をまっとうすること
健康な人と変わらないQOL(生活の質)を保持すること

検査から糖尿病を知る

- ・血糖値をみる検査について
血糖値の基準値70 ml/dl~110 ml/dl(セブンイレブンと覚えましょう♪)
- ・1日の血糖値の変化について
- ・血糖コントロールの評価について(HbA1c)
HbA1cが1%下がると心筋梗塞の可能性16%減少、死亡リスク10%減少と言われています。
- ・インスリンをみる検査について
- ・合併症をみる検査について
尿蛋白検査・・・糖尿病腎症を発見する検査(腎症1-3期)
血中クレアチニン・・・腎臓の疲労程度をみる検査(腎症4期~)

☆糖尿病は自覚症状はあてにならない！診察・検査をあてにしましょう☆

糖尿病と腎臓について

長年の高血糖が招く合併症として・・・
し・・・糖尿病神経障害
め・・・糖尿病網膜症
じ・・・糖尿病腎症 があります。
糖尿病腎症についてお話がありました。

- ・腎臓の位置
- ・腎臓の働き
- ・糸球体とは

糖尿病が発症してから10-15年で腎臓が悪くなってくる！

腎症の分類は腎症1期・腎症2期・腎症3期A・腎症3期B・腎症4期・腎症5期です。

診察の時に尿蛋白の結果を聞いていますか？クレアチニン、尿素窒素を知っていますか？

自分の腎臓は腎症何期かご存知ですか？

腎臓が疲れてくると・・・むくみ・体重増加・だるさ・息苦しさが出てきます。放っておくと腎不全になってしまいます。

血圧も大切です。

腎臓が悪くなると血圧も上昇しやすくなります。

☆腎臓は回復しません！我慢せずに医師に相談してください！☆