

# かんさい

# 医なび

## 高齢者の糖尿病

高齢の糖尿病患者を対象にした血糖管理目標を、日本糖尿病学会と日本老年医学会が新たに決めた。高齢者は服薬により血糖値が下がり過ぎることがあるため、一般人より高めにしたのが特徴だ。  
(赤津良太)

どんな症状？



血糖値が高いままだと、網膜症や腎症、神経障害などの

### 高齢の糖尿病患者の血糖管理

高齢者の糖尿病は、肝臓や腎臓の機能低下などにより薬が効きやすくなるため、低血糖を起こしやすい。重い低血糖は命にかかわるので、血糖値の下げ過ぎに注意が必要。高齢者の低血糖のリスクを重く見て、新たに設けた血糖値管理の目標は、一般より高めに設定して下限も設けた

### 高齢者の低血糖症状

血糖値 (mg/dl)	中枢神経	自律神経
70	頭がくらくら、体がふらふら、めまい、脱力感、眠気、ぼやけて見える、言語不明瞭、動作がぎこちない、疲労感、集中力低下、仕事の能率低下、不機嫌、周囲との不調和など	発汗、動悸、吐き気、熱っぽい、不安感、空腹感、頭痛、倦怠感など
50		
40		
30		
20	けいれん、意識消失、昏睡	
10		



※高齢者は自律神経の症状が出ないことがある。個人差が大きいので症状が出る血糖値は目安。空腹時110mg/dl未満が正常

東京都健康長寿医療センター提供

### 血糖管理目標

治療は、食事や運動で血糖値を下げるのが基本。栄養バランスを考え、食べ過ぎや糖質の多い食品を避けて1日3食を規則正しくとる。ウォーキングなどの有酸素運動、スクワットなどの筋力トレーニングを続けるのも効果的だ。それでも血糖値が下がらなければ、薬を使う。DPP-4阻害薬、速効型インスリン

## 低すぎ危険「高め」設定

治療は、食事や運動で血糖値を下げるのが基本。栄養バランスを考え、食べ過ぎや糖質の多い食品を避けて1日3食を規則正しくとる。ウォーキングなどの有酸素運動、スクワットなどの筋力トレーニングを続けるのも効果的だ。それでも血糖値が下がらなければ、薬を使う。DPP-4阻害薬、速効型インスリン

個人差は？  
目標値(HbA1c)は、

合併症を起こしやすくなる。失明や人工透析、足の切断につながる。脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高まる。糖尿病治療は合併症の予防が目的だ。  
どう治すの？

分泌促進薬、スルホニル尿素(SU)薬、インスリン製剤など、作用の仕方や効果の持続時間が異なる薬から、患者の状態に合うものを選ぶ。  
注意点は？

脱力感などの症状が出やすい。低血糖と気付かないことが多い。重症化して命を落とすこともある。  
今回の目標設定作業に携わった東京都健康長寿医療センター内科総括部長の荒木厚さんは「高齢者が重い低血糖になると、後遺症として認知症のリスクが高まる。認知症に身体機能の低下が加わると、本人はもちろん、家族なども血糖管理をサポートするのが難しくなる」と指摘する。

高齢者の健康状態の個人差を考慮。日常生活動作と認知機能の程度によって三つのカテゴリーに分類した。血糖管理がしやすい順に、1が健康な人、2は認知機能に軽い障害があるか、買い物や食事の準備ができない人、3は認知症が進んでいるか、着衣や入浴、トイレなどの基本的な動作ができない人」というイメージだ。

### 重い低血糖を起こす恐れのある薬

種類	商品名	特徴
注射薬 インスリン製剤	ヒューマログ、ヒューマリン、ノボラピッド、レベミル、ランタスなど	不足したインスリンを補う。作用時間などによって5つのタイプがある
飲み薬 スルホニル尿素(SU)薬	オイグルコン、ダオニール、グリミクロン、アマリールなど	効果は12~24時間と長く持続。体重が増えやすくなる
速効型インスリン分泌促進薬	ファスティック、グルファスト、シュアポストなど	食直前に飲む。効果は30分ほどで出始め、3~4時間で消える

### 高齢者向けの血糖管理目標(HbA1c値)

認知症	カテゴリー		
	カテゴリー1	カテゴリー2	カテゴリー3
なし	なし	軽度(軽度認知障害を含む)	中等度以上
日常生活動作	自立	買い物や金銭管理など複雑でより多くの動作が入る高次のものは低下	入浴、着衣、トイレなど日常生活を送るために必要なものも低下
無	7.0%未満	7.0%未満	8.0%未満
有	65歳以上75歳未満 7.5%未満(下限6.5%) 75歳以上 8.0%未満(下限7.0%)	8.0%未満(下限7.0%)	8.5%未満(下限7.5%)

日本糖尿病学会と日本老年医学会の発表文書をもとに作成

作図 デザイン部 関野朋子

※「からだの質問箱」への質問は、住所、名前(紙上は匿名)、年齢、電話番号を明記の上、科学医療部へ。なお、回答は紙上限り、個別にはいたしません。ファクス06-6369-1052、Eメールoykagaku@yomiuri.com