

## 当院における健診での糖尿病ハイリスク者への早期介入

### 食後血糖測定の実践

◎尾方 明美<sup>1)</sup>、山脇 晴美<sup>1)</sup>、平早水 陽子<sup>2)</sup>、坪井 美穂子<sup>3)</sup>、藤原 貫爲<sup>4)</sup>、石尾 哲也<sup>5)</sup>  
杵築市立山香病院<sup>1)</sup>、健診センター保健師<sup>2)</sup>、健診センター看護師<sup>3)</sup>、杵築市立山香病院内科医師<sup>4)</sup>、健診センター長<sup>5)</sup>

【背景・目的】健診において糖代謝異常の判定は一般的に空腹時血糖とHbA1cによってなされている。しかし、空腹時血糖が基準値内であっても、食後では高値となるような糖尿病ハイリスク者は、一般的な健診では見逃されやすい事が問題となっている。また、当院においても要医療とされるD判定に達しないHbA1c6.4%以下の症例への介入が課題であった。そこで、そのような受診者に対して食後血糖の測定を行う事で、そのリスクを認識していただくと同時に定期的な外来受診を促し、糖尿病への進展防止の契機とするものとした。

【対象】採血にてHbA1c測定を行った平成29年5月1日～平成30年3月31日健診受診者（糖尿病の方を除く）で食後血糖測定に同意を得られた177名（HbA1c5.5%以下77名・HbA1c5.6～5.9%67名・HbA1c6.0～6.4%33名）。

【方法】食後血糖に関するチラシを作成し、対象者へ配布。昼食（カレーライス840kcal）摂取1時間後の血糖を簡易測定器（ワンタッチウルトラビュー：ジョンソン・エンド・ジョンソン）にて測定。日本人間ドック学会の

判定区分を参考に、HbA1c5.5%以下をA群、HbA1c5.6～5.9%をB群、HbA1c6.0～6.4%をC群とし、各群の空腹時血糖値、食後1時間血糖値、食後1時間における血糖変動幅について検討した。

【結果】各群の空腹時平均血糖値は、A群91±8mg/dL、B群95±8mg/dL、C群102±10mg/dL、食後1時間平均血糖値は、A群180±46mg/dL、B群195±47mg/dL、C群236±43mg/dL、血糖変動幅は、A群88±43mg/dL、B群100±49mg/dL、C群136±43mg/dLであった。

【考察】空腹時平均血糖値、食後1時間平均血糖値は、A群・B群・C群それぞれに有意差を認めた。血糖変動幅はA群・B群に有意差はなく、C群のみ有意差を認めた。HbA1cが6.0%を超えると血糖値スパイクがより顕著になると思われる。

【結語】HbA1cの異常が軽度な時期から糖代謝障害（食後高血糖）は進行しているため、早期の段階から生活指導や糖尿病教育の強化、積極的な受診勧奨が必要である。  
連絡先：0977-75-1234（内線164）