



血糖値が高いと言われたら

糖尿病は血糖値でわかる

血液中の糖分（ブドウ糖）の量が、基準より多いと「血糖値が高い」と言われます。高くなる原因として、まず疑われるのが糖尿病です。糖尿病はインスリンというホルモンの働きが悪い病気で、糖尿病になると血糖値の高い状態が続くため、次第に血管や神経が傷んで、命にもかかわる合併症を招きます。

糖尿病の診断基準

空腹時血糖

基準値 60～100mg/dl

特定健診判定値 100mg/dl以上

グリコヘモグロビン(HbA1c)

基準値 4.3～5.8%

特定健診判定値 5.2%以上

糖尿病が招く合併症

脳

脳出血、脳梗塞

足

骨の変形、感覚異常、壊疽→足切断

目

糖尿病性網膜症、糖尿病性白内障、糖尿病性虹彩炎

皮膚

おでき・水虫、水疱、外耳道炎、口内炎

血管・心臓

動脈硬化→心筋梗塞・狭心症・閉塞性動脈硬化症

腎臓・尿路

糸球体硬化症、糖尿病性腎症→ネフローゼ症候群、尿毒症、膀胱炎、弛緩性膀胱、腎盂炎、腎盂腎炎

歯

歯周病（歯槽膿漏）

胃腸・胆のう・肝臓

便秘・下痢、胆のう炎、胆石症、脂肪肝

神経

神経痛、手足のしびれ、末梢神経障害、自律神経障害（めまい、立ちくらみ、瞳孔の異常、発汗の異常、便秘、下痢、インポテンスなど）

白血球の働きが低下すると…感染症

風邪、おでき、肺炎、気管支炎、肺結核、腎盂炎、膀胱炎



怖い糖尿病の合併症とは…

はじめは自覚症状がないため、あまり深刻に受け止めない方がいます。糖尿病は放置すると血管が詰まったり、血管壁が破れたりしてポロポロの状態になります。同様に神経も傷んでいきます。合併症を起こし、死に至る病気であることを理解しましょう。

糖尿病予防の6カ条

1. 若いうちから暴飲暴食を避ける
2. 太らないように気をつける
3. 適度な運動を続ける
4. ストレスをためないようにする
5. 身内に患者がいる人は危険度が高いという自覚を持つ
6. 要再検査と言われたら必ず精密検査を受ける



ジェネリック医薬品に替えると自己負担額はこんなに軽くなります！



糖尿病の場合

1日3回1年間服用した際のクスリ代

新薬 15,330円

ジェネリック医薬品 9,860円

▶1年間の差額：5,470円

*クスリにより薬価が異なります。薬価は2008年4月現在のものです。