

糖尿病治療の最前線

自覚症状の有無だけで 体は判断できない

自覚症状が出なくなったのに、数値が上がったFさんのケース



担当医 久保 明先生
医学博士 糖尿病内分泌専門医
医療法人社団湖聖会 銀座医院
院長補佐・抗加齢センター長

患者氏名	F・H様	年齢	60歳	性別	男性	現病歴	糖尿病
------	------	----	-----	----	----	-----	-----

今 年の始めのことです。昨年末に糖尿病と診断されたFさんは、検査時のヘモグロビンA1cが8.3%、空腹時血糖値は187mg/dlでした。そこで、ご本人なりに食事を減らし運動もした結果、体重を2kg減らすことができ、自覚症状もなくなったそうです。ところが、喜んでいたのも束の間。年明けに検査したところ、空腹時血糖値は下がっていたものの、ヘモグロビンA1cは8.6%に上がっていたのです。Fさんは意気消沈し、「頑張っても何にもならない」と、すっかりやる気をなくしてしまいました。

ひよっとするとFさんは、疲れや口の渇きなどの自覚症状がないために、少し油断をされたのかもしれない。年末年始は宴会などが多く、血糖値のコントロールが悪くなりやすいのです。

また、ヘモグロビンA1cの数値には少し前の血糖の状態が出るので、努力がすぐには反映されなかった可能性も

考えられます。

糖尿病などの病気は、自覚症状がなくなっても、そう簡単に正常には戻りません。重要なのは、きちんと検査を行い多角的な所見から判断をすること。そのうえで、場合によっては少しお薬を加えるなど、次の一手を考えなければなりません。

Fさんのケースが語るのは、血糖値のコントロールを自覚症状だけで判断するのは危険だということ、そして数値に一喜一憂し過ぎないということです。

私はよく患者さんに「1週間単位で調整しましょう」と申しあげています。集まりなどでご馳走を食べてしまうのは仕方ない。ただし、食べ過ぎたら翌日の食事を軽くするなどして、週末までに体重を戻しましょうと。

いずれにせよ、数値が上がって意気消沈されているFさんが、再びやる気を出されることを祈るばかりです。