

# DM Topics

Vol.2

for Nursing

特集

## 「腎症の重症化予防」を考えよう

糖尿病の三大合併症の一つ、糖尿病性腎症(Diabetic Nephropathy)の脅威は、医療スタッフなら誰もが感じていることと思います。糖尿病性腎症は5~10年以上かけてゆっくり進行する合併症です。ある時期をこえると不可逆的「point of no return」末期腎不全、透析へと進行していきますが、逆に早期から重症化を防ぐためにできることは少なくないと考えます。

糖尿病性腎症の症状というと「たんばく尿」と答える患者さんは多いですが、実は、たんばく尿よりもずっと前に現れるのが、「こげじアルブミン尿」です。典型的な糖尿病性腎症では、早期の段階で微量のアルブミン(30~299mg/gC)が尿中出现します。尿中アルブミン検査は糖尿病性腎症の早期診断・治療の要といえます。

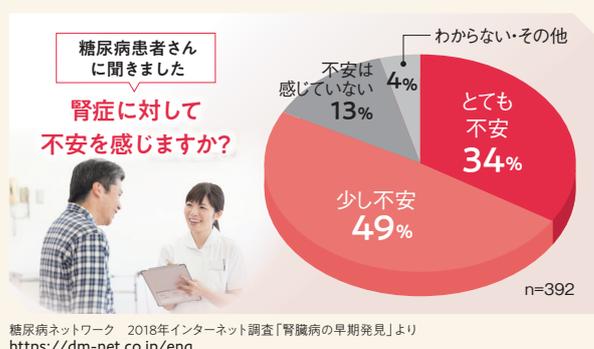
患者さんの中に「私は腎臓が悪いのに、どうして降圧剤が処方されるのか?」と指摘される方がおられます。これは、腎症の重症化予防のために血圧を抑える必要があるからです。高血圧治療の第一選択薬であるレニン・アンジオテンシン系阻害薬(RAS阻害薬)は、降圧効果だけでなく、尿中アルブミン量を低下させ腎症を抑制する効果が証明されており処方されることが多い薬剤です。

また、糖尿病の治療薬についても、DPP-4阻害薬やSGLT2阻害薬、GLP-1受容体作動薬といった新しい機序の薬剤で、腎症を抑制

次に、糖尿病性腎症を発症した患者さんには、何が大切だと思えますか? もちろん血糖コントロールは重要です。しかしそれだけでなく、糖尿病性腎症をはじめとする血管合併症には、肥満や高血圧、脂質異常、喫煙などが関与していることから、これらの危険因子を包括的に管理する「集約的治療」が求められます。つまり、生活習慣の是正がこれまでに以上に必要になるわけです。

患者さんの中には、何が大切だと思えますか? もちろん血糖コントロールは重要です。しかしそれだけでなく、糖尿病性腎症をはじめとする血管合併症には、肥満や高血圧、脂質異常、喫煙などが関与していることから、これらの危険因子を包括的に管理する「集約的治療」が求められます。つまり、生活習慣の是正がこれまでに以上に必要になるわけです。

患者さんの中には、何が大切だと思えますか? もちろん血糖コントロールは重要です。しかしそれだけでなく、糖尿病性腎症をはじめとする血管合併症には、肥満や高血圧、脂質異常、喫煙などが関与していることから、これらの危険因子を包括的に管理する「集約的治療」が求められます。つまり、生活習慣の是正がこれまでに以上に必要になるわけです。



監修 関東労災病院 糖尿病・内分泌内科 部長 浜野 久美子 先生

NEWS

### ニュースまとめ読み

最近注目のニュースをご紹介します。

詳細はこちら

糖尿病リソースガイド  
http://dm-rg.net/

### 男性の18.7%、女性の9.3%が「糖尿病」 2018年「国民健康・栄養調査」

厚生労働省が発表した「国民健康・栄養調査」によると、「糖尿病が強く疑われる」人の割合は、男性の18.7%、女性の9.3%。前年度に比べ、男性で0.6ポイント増加、女性で1.2ポイント減少しました。「糖尿病が強く疑われる」は、HbA1cの測定値が6.5%以上(NGSP値)、または糖尿病治療を受けている場合に判定されます。また、BMI(体格指数)が25以上の肥満の割合は、男性で32.2%、女性で21.9%に上がりました。

### 2型糖尿病の「隠れ肥満症」を簡便に判定

「隠れ肥満症」とも呼ばれる内臓脂肪型肥満の診断には、腹部CTによる内臓脂肪面積の測定が必要ですが、今回、国立循環器病研究センターは、体内に微弱な電流を流して電気抵抗を測定し、脂肪の割合を算定する「インピーダンス法」で簡便に判定できると発表しました。

### 若者の5人に4人が運動不足 WHOが「もっと運動を」

世界保健機関(WHO)は、146カ国の11~17歳の若者約160万人を対象に調査。WHOが推奨する1日1時間以上の運動をしていない若者が81.0%に上りました。男子77.6%に対し女子の方が84.7%と運動不足が深刻でした。運動不足の若者の割合が最も高いのはフィリピン、次いで韓国。若い頃の運動不足は、将来の肥満や2型糖尿病のリスクを高めるため、WHOは、緊急の対策が必要だと警鐘を鳴らしています。

### non-HDL-C値が心血管疾患の長期リスクと関連

血中non-HDL-C値が、アテローム硬化性心血管疾患の長期リスクと強い関連があることが、ドイツの研究チームによって明らかに。また、non-HDL-C値を半分にすることで、心疾患リスクが低下することもわかりました。

4コマ劇場

糖尿病看護の“あるある”体験談

実際の体験談を  
4コマ漫画化!

第2回「実は、私も高血糖でした」

東京都 20代 かのさん(看護師歴2年)

健康診断で高血糖が発覚。20代で、しかも看護師なのにと恥じていました。しかし、思い切って患者さんに打ち明けたところ、互いに共感し合え、指導にも関心を持ってもらえるようになりました。今後も患者さんに寄り添った指導をしていきたいです。

Nurse's advice

木下Ns.の一言アドバイス

血糖が高い、糖尿病であることは悪いことではないと頭で理解していても、他人に、まして患者さんに自分のことを打ち明けるのはやはり勇気がいることですね。でも、患者さんの思いを同じ立場で理解できたことは、これからたくさんの患者さんと関わる上で、大切な経験になると思います。

木下 久美子 先生(関東労災病院 糖尿病看護認定看護師)

詳細はこちら▼

体験談募集中!

皆さんの「元気になる」「ほっとする」エピソードを  
お待ちしております。採用された方にはプレゼントも!



教えて、MRさん!

Q 微量アルブミン尿の単位はなぜmg/gCr?

糖尿病性腎症の早期発見に重要な微量アルブミン尿の検査。普段の尿一般検査「たんぱく尿」とは少し異なる単位が使われるのはご存じでしょうか? たんぱく尿の単位は「mg/dL」、一方微量アルブミン尿は「mg/gCr」が使用されます。

「gCr」は「グラム・クレアチン」と読みます。なぜ、クレアチンが単位に入っているのでしょうか? 尿中の成分濃度は食事や水分摂取、発汗などの影響を受け

るため、外来時の随時尿だけでは1日のアルブミン排泄量を正確に知る事ができません。そこで、1日約1gと排出量が安定しているクレアチンの量から、尿量(希釈尿や濃縮尿)の影響を補正して、1日のアルブミンの排出量を推定するのです。

「Stop The 透析!」糖尿病患者さんで微量アルブミン尿のスクリーニング検査をしてみませんか?

(株)三和化学研究所の

尿中アルブミン検査キット・機器

U-テストビジュアル 2<sup>AC</sup>

アルブミンキット・クレアチンキット  
体外診断用医薬品  
クラスII汎用検査用シリーズ  
尿アルブミン/クレアチン比を60秒で測定可能  
尿切れが良く、色ムラのない呈色  
認 証 番 号: 21500AMZ00525000  
製造販売元: 東洋濾紙 株式会社



ビジュアルリーダーII

尿化学分析装置

STARTボタンを押すだけの簡単操作  
タッチパネル方式のカラー液晶と日本語表示で操作性が向上

一般医療機器 特定保守管理医療機器  
届 出 番 号: 23B3X0028000003  
製造販売元: 株式会社 三和化学研究所



販 売  
株式会社 三和化学研究所  
名古屋市中区東外堀町35番地 〒461-8631  
ウェブサイト https://www.skk-net.com/

資料請求先  
問い合わせ先

CONTACTセンター ☎ 0120-19-8130  
受付時間: 月~金 9:00~17:00 (祝日および弊社休業日を除く)