

DM Topics

for Nursing

特集

CGMの基本

当たり前になった今こそ、押さえておこう

CGM(持続グルコースモニタリング)は、2009年に初めて国内で承認されました。当初は日常臨床での使用には制約がありましたが、今では多くの患者さんが日常的に血糖管理にCGMを使用しています。当たり前にした今だからこそ、CGMの基本を押さえておきましょう。

SMBGとCGMの違い

SMBG(血糖自己測定)は、穿刺器具で指先から採血し、測定器のセンサーに付着させることでその時点の血糖値がわかります。一方、CGMは皮下に装着したセンサーから皮下間質液中のグルコース濃度を測定します。

実際の血糖値とは5〜10分程度のタイムラグがありますが、持続的な測定のため食後高血糖や低血糖などの血糖変動を把握しやすい特徴があります。日本糖尿病学会による「持続グルコースモニタリングデバイス適正使用指針」では、CGMの継続使用が考慮される患者像として、「インスリン療法でも血糖変動幅が大きい」「生活が不規則で血糖が不安定」「スポーツや肉体作業など活動量が多く血糖が動揺しやすい」「低血糖対策の必要度が高い」などが挙げられています。

なお、現在上市されているすべてのCGMは、インスリン自己注射を1日1回以上行っており、かつ入院中ではない患者であれば、保険適用の範囲で使用可能です*1。

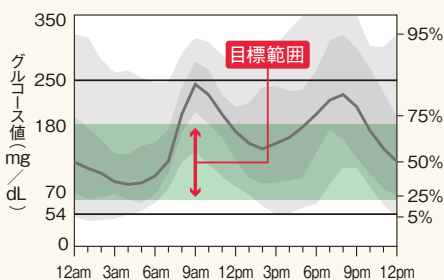
TIR・AGPレポートを活用

TIR(Time in Range)は、70〜180mg/dLを血糖の目標範囲内と定め、この範囲内にある時間の割合(%)のことを言います。このTIRの割合をなるべく高くし、また低血糖の割合(TBR)を低くすることが、1型2型ともに糖尿病の良好な管理につながる。近年わかってきました*2。CGMの各機種には専用アプリがあり、TIRのレポートが確認できます。また、低血糖などの変動がどの時間帯に起きているかについても、AGP(Ambulatory Glucose Profile)レポート(図)を活用することで視覚的に把握できます。療養指導の際はぜひこれらを活用しましょう。

CGMとSMBGの使い分けが大事

このようにCGMには様々なメリット

図. AGPレポート(イメージ)



がありますが、ではSMBGを使わなくてもよいかというと、必ずしもそうではありません。それぞれのメリット・デメリットを把握したうえで、使い分けていくことが重要です。例えばCGMは実際の血糖値とタイムラグがあり、測定値と症状が一致しない場合などはSMBGで血糖値を測定することが必要です。CGMのセンサー装着部位に皮膚トラブルが起きる方ではSMBGが必要でしょう。ぜひそれぞれの患者に合った選択や、状況に応じた使い分けをしていただけるようお願いいたします。

監修

関東労災病院
糖尿病・内分泌内科 前部長
浜野 久美子 先生



*1 診療報酬の算定方法の一部を改正する告示(令和6年厚生労働省告示第57号) 別表第一(医科点数表)
C150血糖自己測定器加算「7 間歇スキャン式持続血糖測定器によるもの 1,250点」

*2 Battelino T et al. : Diabetes Care. 2019; 42(8): 1593-1603.



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/>



『糖尿病性神経障害の評価・診断マニュアル』を作成 日本糖尿病学会

本マニュアルは、糖尿病性神経障害の大多数を占める糖尿病性多発神経障害の診断と管理がどの程度まで可能な状況であるかを解説しつつ、現状での最善な方法をわかりやすく誰でも実施できることを目指して作成されました。また、診察室や待合室に掲示可能な、糖尿病性神経障害の啓発用ポスターもあわせて公開されています。



2型糖尿病患者の「食行動のクセ」 GLP-1受容体作動薬の治療効果と関連

岐阜大学、京都大学らの研究により、GLP-1受容体作動薬の治療効果が、「食行動のクセ」と関連していることを明らかにしました。治療開始前に「食べ物の見た目や匂いといった外からの刺激につられて食べてしまう傾向」が強い人ほど、治療開始後の体重減少や血糖コントロールの改善効果が大きかったとのことです。



『高血圧管理・治療ガイドライン2025』が発刊 降圧目標が「130/80mmHg」に統一 日本高血圧学会

今回の改訂では、降圧目標が全患者で統一されました。2019年版では、75歳以上の高齢者、また両側頸動脈狭窄などのある脳血管障害患者、尿蛋白陰性のCKD患者では「診察室血圧 140/90mmHg(家庭血圧 135/85mmHg)」としていましたが、厳格な血圧治療による心血管イベント抑制の観点から、患者背景に関わらず「130/80mmHg(125/75mmHg)」となりました。



2型糖尿病患者における歯間清掃習慣や歯の保持が 24時間の血糖値の安定と関連

サンスタークルーブらの研究では、2型糖尿病患者の日常的な口腔ケア習慣とTIR(血糖が目標域に入った時間の割合)等のCGM指標を含む血糖管理指標との関連性を検討。週3回以上の歯間清掃習慣がある人では、空腹時血糖値やHbA1cが低く、TIRが高く、また歯数が20本以上ある人と20本未満の人の比較では、24時間を通じてのCGMのグルコース値に明確な差が認められました。



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22回「薬は多ければ多いほどいい？」

愛知県 40代 ちばにあんさん(看護師歴 13年)



Nurse's advice

木下Ns.の一言アドバイス

数値を早くよくしたいという患者の意気込みはよくわかります。しかし、過剰な服用や主治医の把握できていない治療は、糖尿病治療の妨げになることをしっかり伝えていきましょう。糖尿病治療では、処方された薬物を正しく服用し、副作用なく効果的に長期にわたって続けることが大切です。患者は長い経過の中では、早くよくなりたい、薬をこうしたいなどの相談や不安の吐露があると思います。その思いを受けられる医療者側の雰囲気作りも大事ですね。

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！

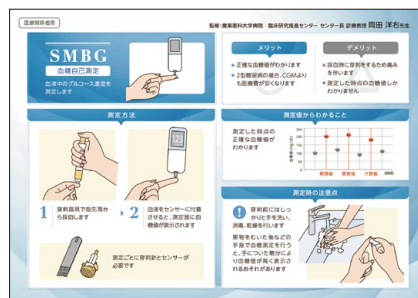
SMBG/CGM患者説明用下敷きのご紹介

三和化学研究所では、血糖自己測定導入時にSMBGとCGMについて患者にわかりやすく説明できる「SMBG/CGM患者説明用下敷き」をご用意しています。

A4サイズのカラー印刷の下敷きで、表面はSMBG、裏面はCGMについて「測定方法」「測定値からわかること」「測定時の注意点」「メリット・デメリット」をイラストでわかりやすく紹介することができます。

はじめて血糖自己測定を行う患者だけでなく、SMBGからCGMへの変更を検討している患者にSMBGとCGMの違い

を説明する際にもご活用いただけます。患者ご本人やご家族への説明にぜひご活用ください。資料をご要望の際は弊社MRへご依頼ください。



SMBG/CGM患者
説明用下敷きは
こちらで確認できます

