



北陵内科病院

Dr. I の健康通信

2009.7.1 発行

8号

糖尿病になるとなぜ いろいろな検査が 必要なの？



糖尿病は3大合併症(網膜症、腎症、末梢神経障害)や大血管障害(心筋梗塞、脳卒中、閉塞性動脈硬化症)を知らないうちに起こし進行させることがあります。

また糖尿病患者は癌になりやすく一般人と比べ1.5~4倍高いことがわかっています。入院中にそれらの合併症を早期に発見し、進行を予防するために以下の検査を行います。

心電図：不整脈、心筋梗塞の有無などを調べます。同時に自律神経の機能も測定できます。



胸部および腹部エックス線撮影：たとえば心臓の大きさ、肺の異常、腸のガスの状態など、おおまかに全身状態を知ることができます。

ホルター心電図：24時間心電図を測定し、不整脈の有無を詳細に調べます。



眼底検査：網膜症や白内障の有無を調べます。

MCV(運動神経伝達速度)：末梢神経障害の有無を調べます。



脈波(ドップラ)：足先の血流の程度を測定し、閉塞性動脈硬化症の有無を調べます。

知って得する食事のはなし

水分補給を忘れずに

暑い季節は汗をかきやすいだけでなく、冷房による湿度の低下などもあり、知らない間に体の水分が足りなくなっています。水分補給が不十分で脱水に陥ると、血液が粘稠(血液の水分が減り、濃くなって粘度が増した状態)になる。脳梗塞、心筋梗塞を引き起こしやすい熱中症の原因になる。インスリン感受性が低下する。血糖上昇の原因のようにいろいろな悪影響が起こります。



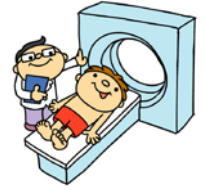
水分のとりかた

喉の渇きは、体の水分が減っているサインです。渇いたと感じる前に、こまめに水分をとりましょう。特に、起床時・就寝時・お風呂やサウナに入る前後・運動中・運動前後・外出前後・お酒を飲んだ後は、水分補給を。



ABI PWV：動脈硬化の度合いと閉塞性動脈硬化症の有無を大まかに調べることができます。

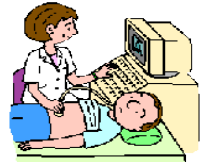
頭部CT：糖尿病では一般人に比べ2~3倍脳梗塞の発症が多いことが知られています。また症状がなくても小さい脳梗塞が起きていることがあります。この検査で脳梗塞の有無について調べます。



胸部CT：糖尿病では肺炎になりやすかったり、重症化しやすくなるため、肺を詳細に検査します。肺気腫や肺腫瘍等の有無も調べます。

腹部CT,超音波(エコー)：インスリンを分泌するすい臓、インスリンが働く場所である肝臓、その他胆のう、腎臓、脾臓などを調べます。またCTでは内臓脂肪量も計測できます。

心エコー：心臓の動きや弁に異常がないかを詳細に調べます。



頸動脈エコー：脳に向かう動脈の動脈硬化の有無を調べます。

甲状腺エコー：甲状腺は首の前面にあります。基礎代謝を調節するホルモンを分泌する臓器で血糖値にも影響を与えます。この甲状腺に異常がないかを調べます。

胃内視鏡：食道、胃、十二指腸などを詳細に調べます。



大腸内視鏡：大腸を詳細に調べます。小さいポリープはその場で切除します。



以上の内視鏡検査以外の検査は、身体を傷つけることなく、身体の様々な状態を把握することができます。

その他ご不明な点、他にやって欲しい検査などがありましたら医師、看護師にお気軽にご相談ください。

水分補給は、水がお茶にしましょう

清涼飲料は、エネルギーのほとんどが糖由来の商品が多く、200mlで角砂糖約4個分の砂糖を含んでいます。

炭酸飲料は、200mlで角砂糖約6個分の砂糖を含んでおり、

果汁のジュースは、糖分や塩分を加えている商品が多く、果汁の割合が少ないジュースほど砂糖の添加量が多いので、注意が必要です。



そのため、水分補給はジュースより水や麦茶・ウーロン茶・緑茶などのお茶類が適しています。

ダイエット飲料(カロリーゼロ)は、砂糖の代わりに人工甘味料をつけているので安心ですが、甘さに慣れないよう注意しましょう。

管理栄養士 菱田

