

糖尿病の治療は日々の血糖コントロールが基本です。血糖値は食事や運動や薬、また体調の変化や精神的不安などでも刻々と変化します。今回は、医療機関だけでなく自宅でも血糖値の動きを自分で把握できる自己血糖測定について紹介します。



血糖値は刻々と変動



体調や精神的不安が影響



(テルモ糖尿病ケアサイトより)

### 1. 自己血糖測定: SMBG (Self Monitoring of Blood Glucose)

日常生活でも血糖値を確認できるようにしたのが自己血糖測定: SMBG です。指先穿刺で得た血液で血糖を測定できます。SMBG は体外診断検査システム (糖尿病管理における自己検査用血糖測定システム) として ISO (国際標準化機構) で規格が決められており、当センターではこの ISO15197 (2013) \* に適合したテルモ社メディセーフフィットスマイルを採用し、安全に使用できるよう定期点検を実施しています。



メディセーフフィットスマイル



(テルモ糖尿病ケアサイトより)

\* ISO15197 (2013) は以前の ISO15197 (2003) と比較しデータ精度に関する基準・要件が厳しい内容に改定されています。

### 2. 持続血糖測定: CGM (Continuous Glucose Monitoring)

SMBG は 1 日に何度も測定穿刺時に指先に痛みを伴う検査で、また測定していない時間帯に起こる高血糖や低血糖を評価できないなどの課題があります。この課題に対応したのが持続血糖測定: CGM です。当センターではアボット社 FreeStyle リブレを採用しています。この測定器はセンサーを装着してスマートフォンでアプリを取得すれば血糖変動を継続的にモニタリングでき、日常の血糖値の自己管理が可能になります。



FreeStyle リブレ



(アボット糖尿病関連サイトより)

**\*2022 年 4 月の診療報酬改定によりインスリン製剤の自己注射を 1 日 1 回以上行っている全ての糖尿病患者が保険適用の範囲で CGM の使用が可能になりました。**

血糖値の自己測定は血糖コントロール状態を把握する最良の方法です。糖尿病治療においては運動療法、食事療法、薬物療法に続く治療法の 1 つと考えられています。自分の病態に合わせて自己測定した血糖値は医師が患者の血糖コントロールを把握するための貴重な情報です。この情報を共有することで的確な治療を行うことができます。