

H29年愛媛県糖尿病対策推進会議中予地区市民公開講座の報告

愛媛県臨床検査技師会 小林知子

H29年12月10日に愛媛県医師会館にて糖尿病市民公開講座が開催され、愛媛県臨床検査技師会7名が血糖測定を行った。測定した人数は、男性7名、女性35名で計42名であった。平均年齢は59.7歳で、最少年齢は38歳、最大年齢は83歳であった。

平均随時血糖値は $136 \pm 45 \text{mg/dl}$ 、随時血糖値最大値は 302mg/dl で糖尿病治療中の方であった。随時血糖値最小値は 72mg/dl であった。

測定した方42名のうち糖尿病治療中の方は15名であった。その15名のうち4名が、血糖管理不十分と考えられた。4名のうち1名は、先ほど、ぜんざいを食べてきたから 234mg/dl (食後50分)になっている。普段は甘いものは、食べていないと言われた。

また、朝食後の内服薬の飲み忘れに数時間後に気づき、少し食事してから飲み忘れの薬を飲んだと言われた方がいた。 216mg/dl (食後225分)と血糖値が下がっていないのはそのせいなのかと質問があり、薬を飲まなかった方がよかったのか、こういった場合どうすれば良いのかと相談があった。状況や飲み薬の種類にもよると考えられるため、薬剤師さんがいるお薬相談に行ってもらい、対処の仕方を聞いてもらった。

また糖尿病の指摘は受けていない方で、食後血糖値 155mg/dl (食後180分)と高い方が1名いた。医師に医療相談を勧め、食後高血糖になると動脈硬化が進行するので注意が必要だと指導した。

今後も、愛媛県臨床検査技師会一同、他の職種の皆さんと協力し、糖尿病啓発活動のイベントに継続して関わっていきたいと思う。



愛媛県臨床検査技師会一同



司会熊本フミさんも血糖測定してもらった



血糖測定をして血糖値が高めの方は食事や服薬について一緒に振り返り指導を行った

