

ねじ子の

最新血糖測定



今回のテーマは血糖測定の新しいトレンドです。

血液中の糖（グルコース）の濃度を調べる方法です。糖尿病で血糖が下がる薬をのんでいたり、インスリンを打つ必要がある場合は特に頻繁に血糖を調べなければいけません。日常生活において必要なので、糖尿病のある方にはなるべくご自分で測定できるようにサポートしていきます。

最初の章では従来通りに、針を指先に刺して血を出し、糖を測定する方法をご紹介します。医者でも看護師でも、新人のかなり最初の頃に習う手技ですね。まずは、自分で自分の血糖値を測定できるようになりましょう。これは自己血糖測定=SMBG (Self Monitoring of Blood Glucose)と呼ばれています。ソロで、セルフでやるからこそその苦労もあります。自分一人で行えるようになれば、糖尿病の方にアドバイスするときにも苦労やコツを一緒に伝えることができるでしょう。

次に「持続血糖測定」、略してCGM (Continuous Glucose Monitoring) についてご紹介します。センサーにつながったフィラメントを皮膚に刺すことで、皮下組織のグルコースの濃度をリアルタイムで測定できる、というものです。一度刺してしまえばしばらく（センサーの消費期限がくるまで）のあいだ血を見ることなく、痛い思いをせずに何度でも測ることができます。これは新しい測定方法です。

血糖測定の方法は安全であるように、痛くないように、手間が減るように、どんどん進化を重ねています。

〈参考文献〉

1. 朝倉俊成編, 虎石頭一, 中野玲子, 武藤達也: 医療従事者に知って欲しいSMBG血糖自己測定手技のマニュアル. メディカルレビュー社, 東京, 2015.
2. 廣田有紀: 自己注射や血糖測定指導のコツ. 三澤美和編, 救急・病棟でできる! 糖尿病の診かたと血糖コントロールへ, レジデントノート 2023; 24(18): 3143-3151.
3. 小出景子: CGMの進歩と応用. 医学のあゆみ 2021; 276(5): 334-338.
4. 小川渉, 廣田勇士編著: CGMによる最新血糖値管理とインスリン療法 実践で学ぶ用法. 日本医事新報社, 東京, 2024.
5. 田中慧: おだQ: 糖尿病医のとうようびょう日記. クリニコ出版, 東京, 2022.
6. グルコースモニタシステム 44611003 FreeStyleリブレ2 (センサー). <https://www.myfreestyle.jp/hcp/products/freestyle-libre/pdf/pdf-spec-03.pdf>

7. リブレView公式ホームページ

- <https://www.libreview.com/>
8. 日本糖尿病協会: 正しく捨てて?在宅医療廃棄物. https://www.nittokyo.or.jp/uploads/files/waste_leaf_tri-fold_2022.pdf
 9. 公立西知多総合病院ホームページ: 自己注射針の回収についてのご案内. <https://www.nishichita-hp.aichi.jp/news/news0007166/>
 10. 医薬品医療機器総合機構PMDA医療安全情報: 微量採血のための穿刺器具による採血時の注意について. https://www.info.pmda.go.jp/anzen_pmda/file/iryo_anzen18.pdf (上記はすべて2024.11.20アクセス)
- ※2024年11月末時点の情報をもとに制作しています。必要に応じて、製品の発売元のホームページなどで最新の情報をご確認ください。