

低血糖と認知症の関係について

痙攣や意識障害に陥るなどの重症低血糖が認知機能を低下させることをご存知ですか？

低血糖状態は脳に必要な糖分が不足した状態になり、認知機能の低下を招く可能性があります。

低血糖のある糖尿病高齢者の認知症発症リスクは、低血糖のない糖尿病高齢者と比較して 1.5 倍という報告もあります。

高齢になると低血糖になっても低血糖症状が出にくく無自覚低血糖を起こしている可能性もあります。

特にインスリン注射やインスリン分泌を促進する SU 薬を使用している方は、厳格な血糖値のコントロールをし過ぎると、低血糖を起こしやすいため注意が必要です。

“HbA1c が 7.2%未満と 8.8%以上で脳卒中が増加した”とする日本人高齢者の

研究があります。これを J カーブ現象と言って、高齢者の HbA1c は低すぎても高すぎてもだめだ

という報告がたくさんあります。HbA1c 7.0%以下はしばしば厳しすぎ、8.0%までは許されるという事です。



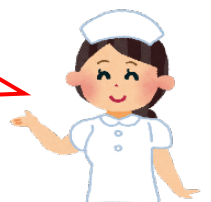
高齢者糖尿病の血糖コントロール目標 (HbA1c 値)

患者の特徴・健康状態		カテゴリーⅠ		カテゴリーⅡ	カテゴリーⅢ
		認知障害なく 日常生活が自立している		① 軽度認知症 または ② 手段的 ADL 低下、 基本的 ADL 自立	① 中等度以上の認知症 または ② 基本的 ADL 低下 または ③ 多くの依存疾患や 機能障害
重症低血糖が危惧される薬剤(インスリン製剤、SU 薬、グリニド薬などの使用)	なし	7.0%未満		7.0%未満	8.0%未満
	あり	65 歳以上 75 歳未満 7.5%未満	75 歳以上 8.0%未満	8.0%未満	8.5%未満

※SU 薬: グルメピリド、グリベンクラミド ※グリニド薬: ナテグリニド、ミチグリニド、レパグリニド

※基本的 ADL: 着衣、移動、入浴、トイレの使用など 手段的 ADL: 買い物、食事の準備、服薬管理、金銭管理など

血糖コントロール目標は年齢、罹患期間、低血糖の危険性、サポート体制などに加え、高齢者では認知機能や日常生活動作、併存疾患なども考慮して設定する必要があります。目標値を主治医に確認してみましょう。



知って得するカロリーチェック

つぶあんぱん (小 4 個入) 1 つ約 50 g 約 130kcal