

## ヨーロッパ糖尿病学会に行ってきました

9月下旬にヨーロッパ糖尿病学会（49<sup>th</sup> EASD、於:バルセロナ）に行ってきました。留守中は休診となりご迷惑をおかけしました。やはりヨーロッパでも地中海沿岸だからでしょうか、日中は青空が広がり熱いくらいでした。学会の印象記をホームページにアップの予定です (<http://www.minamiishiki-central.com/>)。



## 血糖コントロールの個別目標

2012年の米国、欧州糖尿病学会の声明に続き今年5月の日本糖尿病学会総会でも血糖コントロールの目標は個々の患者さんの特性を判断して設定しよう、という声明が出されました。背景には、米国で行われた大規模臨床試験での、糖尿病の罹病期間が長く心大血管障害のリスクが高い方に厳格な血糖コントロールをしても、そのリスクは減らず、一部ではかえってよくない結果を招いたという成績があります。一般的な血糖コントロールの目標はヘモグロビン A1c (HbA1c) 7%未満というのとは変わりません。しかし、糖尿病の罹病期間が長い、心大血管障害のリスクが高い、低血糖がひんぱんに起きる、食生活の改善が難しいなどの事情がある場合には、まず HbA1c8%未満を目標に、または、最近糖尿病と診断されたばかりで若年である、心大血管障害を含めた合併症がない、治療への意欲があり低血糖のリスクなく血糖が下げられる、などの場合には HbA1c6%未満を目標に、というように個別に目標を設定しましょうということになっています。

## 血糖の季節変動

糖尿病の方の血糖のコントロールには季節変動があるといわれています。HbA1cは夏の終わりから初秋が一番低く、冬から春の初めにかけて上がっていく傾向があります。これには、冬季の年末年始の行事などにもなる食事量の増加や寒さによる運動量の低下が関与しているようです。このあたりでは標高により寒さも変わってくるのでそれも HbA1c の変動幅に影響するのかもしれませんが。人間自然のなかで生きているので、その影響を完全に排除することは不可能ですが、工夫してこれからの寒くなるシーズンを乗り切りたいものです。

## 糖尿病の薬の話 (6) 持効性インスリンアナログ

どのようにしてインスリンの作用を長く安定して持続させるかというのは長い間の課題でした。以前までは結晶化したインスリン製剤 (NPH インスリン) が使われていましたが、この製剤には作用のピークが存在します。ピークがないフラットで持続安定した作用のインスリンが求められていました。最近、ヒトインスリンの構造を部分的に変えてそのような特性に近づいた“持効性インスリンアナログ”が使えるようになってきました。ランタス、レベミルという製剤に加えてさらに持続時間が長いトレシーバという製剤も登場しております。これらは1型糖尿病の患者さんにおいては食事の時以外にも必要な基礎分泌部分を補う基礎インスリンとして使われ、2型糖尿病の方には内服薬と組み合わせて朝の空腹時血糖を下げる目的で使われます。作用ピークがないので夜間の低血糖のリスクが少ないのも特徴です。

## 編集後記

小学校1年生の時、学校から帰ってきてテレビをみるとアベベ・ビキラが走っていました。遊んで帰ってくるとまだ走っていたので驚きました。1964年の東京オリンピックの記憶です。2020年のオリンピック、東京開催が決定しました。今度はその場でみたいものです。楽しみです。