



STOP 糖尿病

糖尿病ケア通信 2024年 4号

☆【糖尿病性腎症】

2024年6月発表の人口動態統計（2023）によると青森県は、糖尿病死亡率全国ワースト1位（2年連続）となってしまいました。死因別では、悪性新生物、感染症、血管疾患です。透析導入患者原疾患で、最も多いのは**糖尿病性腎症**ですが38.7%（前年よりマイナス1.5%）と、近年は減少傾向が続いています。しかも、**20年ぶりに40%を下回りました**。

糖尿病性腎症の進展予防には、肥満是正、禁煙と共に厳格な血糖、血圧、脂質管理が重要で、早期介入で完解も期待できます。正しい血圧測定の習慣から腎症を予防しましょう。

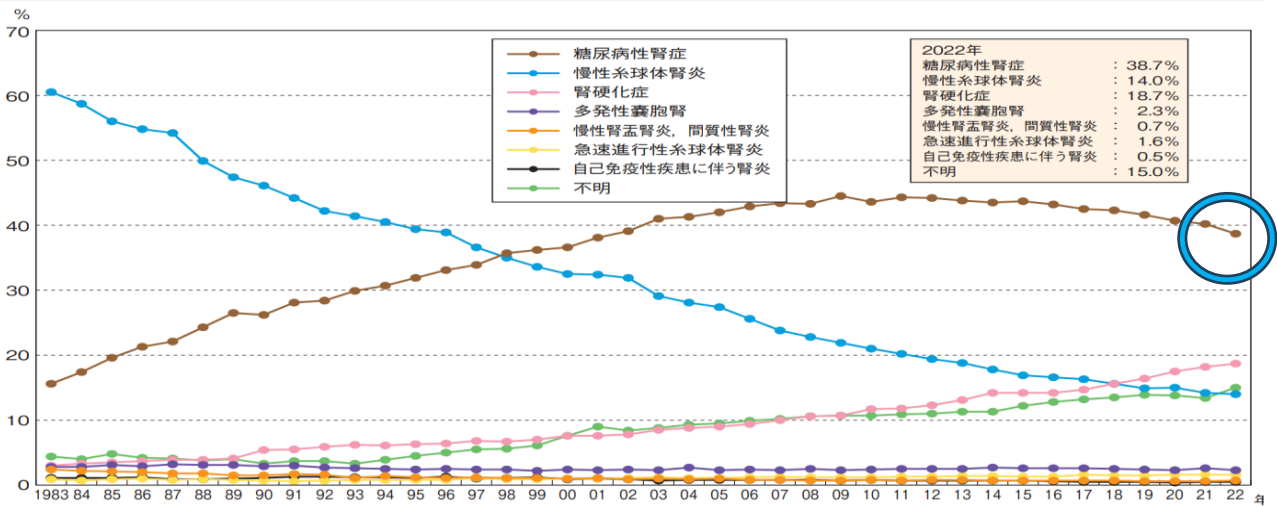


図 17 導入患者 原疾患割合の推移, 1983-2022

我が国の慢性透析療法の現況 2022年より抜粋

【降圧目標値】

糖尿病性腎症患者の降圧目標は、**130/80mmHg 未満**とされています。

高齢者では、**140/90mmHg 未満**を目指します。

【正しい血圧測定方法】

- ・ 静かで適度な室温環境で測定する
- ・ 測定前に喫煙、飲酒、カフェインの摂取は控える
- ・ 入浴、運動後は30分ほど経過していること
- ・ カフの位置は心臓の高さで、測定条件は同一とする（座位が望ましい）
- ・ 手首用の血圧計は、誤差が出やすいため注意が必要
- ・ できるかぎり、長期間測定を継続する
- ・ すべての測定値を記録する



図 3 上腕カフ・オシロメトリック法による血圧測定 (画像 <http://www.wellnesslink.jp/p/hbp/basic/kjkt40002.html>)