



中日病院 名古屋市中区丸の内3の12の3。☎052(961)2491

「おにぎりって案外上がるのですよ」

「朝からパスタはだめ、もうやめました」

最近、糖尿病のある方自身がいろいろなことに気づかれ、行動を変えて改善し、それを後から教えていただく機会が増えました。教えていただいた上に診察料までいただくのは申し訳ない気分になることさえあります。

二〇二二年四月の診療報酬改定により、インスリン療法を行っている全ての糖尿病のある方が、間歇的スキャン式持続血糖モニタリング（i s c g m）を使用できるようになり、糖尿病診療にさまざまな変革をもたらしました。

スマートフォンやリーダーをかさすだけで、リアルタイムの血糖値を

# スマホで簡単習慣改善期待

## 血糖測定新時代—あなたも主治医①

i s c g m の測定機器の一例。腕に張り付けたセンサーにスマホなどをかさすと血糖値がすぐ測定できる



痛みなく何度でも知ることができる上に、それ以外の時間帯も記録しており、血糖変動をグラフなどで直感的に把握することができます。

ご自身が生活パターンと血糖値を関連づけて分析し、行動を変えることで、血糖変動が小さくなり、糖尿病合併症を抑制する可能性があります。また指先の血糖測定では見逃されていた低血糖を把握することにより、診察時にインスリンの種類や量を調整して低血糖を予防することもできます。ただ、使用上の注意点もあり、それについては次回の②で説明します。

（副院長兼糖尿病内科部長・細川香里）