

# 血糖値の“見える化”で、糖尿病治療が変わる

## —CGM（持続血糖測定）のご紹介—

糖尿病治療において、「血糖値が今どうなっているか？」をこまめに知ることはとても大切です。

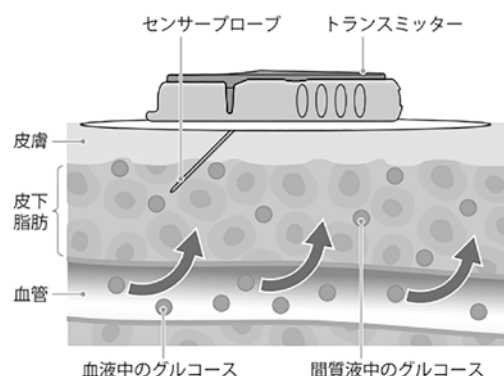
最近では、その血糖の変化をリアルタイムで“見える化”できる便利な機器が登場しています。それがCGM（シージーエム）＝持続型グルコース測定器です。

### ■ CGMって、どんなもの？

CGMは、上腕やお腹などに専用のセンサーを貼るだけで、体内の「間質液（かんしつえき）」という液体の中にあるグルコース（ブドウ糖）の濃度を常に測定してくれる機械です。

この「間質液」は細胞のすき間を流れていて、血液からしみ出した成分を含んでいるため、血糖値にとっても近い値がわかります。

センサーには柔らかい細い針がついていますが、痛みはほとんどなく、5分ごとにグルコース値を自動で測定してくれます。センサーの寿命は機種によって異なりますが、1週間以上使えるタイプがほとんどです。



### ■ こんなふうに使います

測定した値は専用のモニターやスマートフォンで確認できます。現在の値に加え、過去数時間の血糖値の変動もグラフで一目瞭然。

たとえば、「この食事で血糖が上がった」「この薬は効果が出ている」など、日常生活と血糖値の関係がよくわかるようになります。

### ■ 当院でも導入しています

当院では、糖尿病の治療の一環として、このCGMを取り入れています。保険診療の対象となる条件があるため、興味のある方は内科の医師にご相談ください。

血糖の“今”を知ることは、未来の健康につながります。CGMで、自分の体をもっとよく知ってみませんか？

