



糖尿病と貧血 ～HbA1c への影響～



糖尿病をもつ人は、糖尿病ではない人に比べて貧血を合併しやすい事を知っていますか？貧血と診断されなくても軽度にヘモグロビン値（Hb 値）低下が起こりやすいことが知られています。



貧血とは、血液中に含まれるヘモグロビンの量が減少した状態のことです。ヘモグロビンは、酸素を体のすみずみまで運搬するという大切な働きをしているため、ヘモグロビンが減少すると全身が酸素不足になり、**疲れやすい・めまい・動悸・息切れ・立ちくらみ・頭痛**などの症状が現れます。

ヘモグロビンの基準値：（男性）14～18g/dl （女性）12～16g/dl

なぜ、糖尿病と関係があるのでしょうか？

それは糖尿病の合併症の一つ**糖尿病腎症**が関係しています。腎臓は血液を作るエリスロポエチンというホルモンを分泌することで造血の役割を担っています。糖尿病腎症が進行し腎機能が低下すると、赤血球をつくる働きが弱くなってしまい、赤血球が減少して貧血が起きてしまいます。



貧血があると HbA1c が正確に測れない！？

血糖値が同じ場合であっても、貧血の有無によって HbA1c 値が異なる可能性があります。血糖値が高いほどヘモグロビンが糖分にくっつき、HbA1c が作られます。一度作られた HbA1c は赤血球の寿命が尽きるまで壊されません。貧血は血中のヘモグロビンが低下している状態であり、鉄欠乏の状態ではヘモグロビンが減少すると、代償性に赤血球の平均寿命（120 日）が延長します。そのため、すでに糖分と結合してしまったヘモグロビンが蓄積され、HbA1c は高くなります。

逆に貧血の治療によって赤血球の造血がさかんになると、若い赤血球（まだ糖分にくっついていないヘモグロビン）が増えるため HbA1c は低くなります。

このような場合グリコアルブミン（GA）という数値（直近1～2週間の平均血糖を反映したもの）で検査することがあります。



当院では定期的に採血で貧血チェックを行っています。気になることがあればスタッフへお声掛けください。

看護師 別所 文貴 糖尿病専門医 高部倫敬