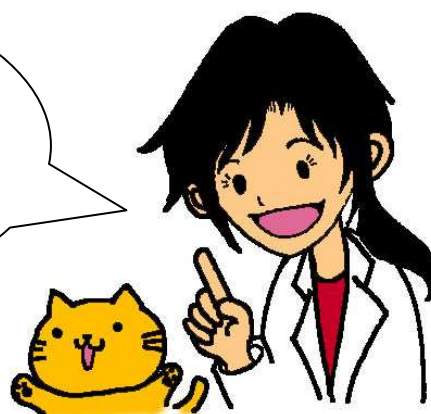


尿糖・尿蛋白試験紙

尿糖とは、尿の中に排泄される糖分のことです。健康なら尿の中に糖は出ませんが、高血糖状態では血液中であふれてしまった糖分が、尿の中に排泄されてしまいます。通常、血糖値が170mg/dL前後を超えると尿糖が検出され、それ以下では検出されません。このため厳格な血糖コントロールの指標にはなりません、試験紙で手軽に測れるというメリットがあります。

また、尿蛋白は、健常人の尿中にも微量出現しますが、通常の検査では検出されないくらい少ないものです。尿蛋白は、腎臓の近位尿細管という部分でほとんど再吸収されますが、腎臓や尿の通る道である尿路の疾患が存在すると、再吸収されず、尿中に現れるため、これらの病気の指標となります。ただし、蛋白が出る原因は、これらの病気だけでなく、運動時の一過性のものや、起立性タンパク尿もありますので、その他の検査や症状などから判断していくことになります。

尿糖試験紙を使った検査は、
正確な血糖コントロールの指標には
なりませんが、
尿中に糖が出ているかどうか、
手軽にわかるというメリットがあります。



知って得するコラム ②

～ 生活習慣病は自己管理が肝心 ～

高血圧症、高脂血症、糖尿病などに代表される生活習慣病は、放っておくと合併症を引き起こしたり、他の病気を悪化させたりするため、とても厄介な病気です。

しかし、生活習慣病とは、その名称からも見て取れるように、日常生活が病気と密着した関係にあるため、自己管理さえ出来ていれば普通の人とほとんど変わらない生活ができるのです。

もし、生活習慣病にかかったとしても気落ちすることはありません。医師の指示に沿った自己管理を心がけ、前向きで明るい日常生活を取り戻しましょう。