

厚生労働省の国民健康・栄養調査によると、糖尿病が強く疑われる人やその可能性を否定できない人は全国で合計 2200 万人以上いると推定され、糖尿病は既に日本人の国民病の 1 つといっても過言ではない状況である。

ところが実際に治療を受けているのはこのうちのごくわずかと言われている。その背景の 1 つには、血中のブドウ糖濃度（血糖値）が高いという糖尿病は、それそのものだけで直ぐに何らかの自覚症状があるわけではないため、患者自身に危機感がないことがあげられている。ただ、この状態を放置すると、最悪は失明する糖尿病性網膜症、腎不全により人工透析が必要になる糖尿病性腎症など治療が不可能な重大な合併症に至る。気づいたときは手遅れというわけだ。

これを防ぐには、早期発見・早期治療が唯一の方法ともいえるが、定期的な健康診断を受けている人以外は、医療機関で検査を受けるしかない。だが、医療機関に赴いて検査を受けるという多くの人にとって億劫なこと。そんな多くの人たちにとって朗報なのが、厚生労働省による規制緩和で、2014 年 4 月から普段医療機関が発行する処方箋を取り扱う保険薬局の一部でも糖尿病の簡易検査が受けられるようになったこと。このことは意外に知られていない。

この検査は自己採血検査と呼ばれるもので、保険薬局の店頭で自ら指先に針を刺し、その血液を使用して HbA1c（ヘモグロビン・エーワン・シー）と呼ばれる値を測定する。HbA1c は、血中で余分なブドウ糖が赤血球のヘモグロビンと結合してできるグリコヘモグロビンのことで、この値が高ければ血糖値が高いことを意味する指標。HbA1c の測定では過去 1~2 か月間の血糖状態が分かり、血中の HbA1c の割合が 5.9%以内ならば正常、6.0%を超えれば血糖値の正常化が必要になり、7.0%を超えれば合併症の発症の危険性が高まる。

検査の実態を知るため、記者が実際に検査を行っている東京都台東区蔵前の「みどり薬局」で体験してみた。まず検査を受けるために前述の HbA1c のことや自己採血用針の使用方法について説明を受ける。自己採血針はカートリッジ様となっており、指先を消毒してもらった後、カートリッジ先端を指先に押し当てて上部にあるボタンが「カチッ」と音をたてるまで自分で押す。意識的に自分の指に針を刺すとなると、結構緊張するが、わずかにチクリと感じる程度。誤って針などの突起物に指に刺してしまった時の痛みと比べれば、ほぼ無痛と言っても良いほどだ。カートリッジを指から外すと、指先に直径 2~3mm ほどの出血があるのが分かるが、この血液を検査試薬に滴下して店内にある検査機器にかけて、6 分ほど待つだけである。しかもこの待ち時間中には、薬局内で PC 上のスライドを利用した糖尿病に関する詳しい説明を受けることができ、質疑応答や相談にも応じてくれる。一般社団法人・浅草薬剤師会会長でみどり薬局の経営者でもある坂口眞弓さんは、地域に根差した薬局を目指して活動を続けており、一般の人を対象に糖尿病に関する勉強会や 30 代の子育て中の女性を対象とした食と健康に関する管理栄養士も交えた講習などを行い、その際などに集まった人たちを対象に検査を実施したりしている。

もしこの検査で 6.0%を超える結果が出た場合だが、坂口さんは「かかりつけの医療機関などの受診を勧めて、薬局の方でも日常的な健康相談に応じています」とのこと。かつて坂口さんの薬局で検査を受け、6.0%超と判定された人の中には、その後自力で食事療法に取り組み正常値になった人もいるという。そして 6 分後に判明した記者自身の結果はというと、4.9%で無事正常。ちなみに検査価格は、概ね 1 回 1000 円以内。

もっとも、今のところ全ての保険薬局で対応しているわけではないので、予めインターネットなどで検査が受けられる保険薬局を自分で調べる必要はある。とはいえ、身近に検査が受けられる保険薬局があるならば、わざわざ保険証を用意して長い待ち時間を使って医療機関へ行く必要もなく、薬剤師による健康相談や糖尿病に関する勉強も受けられる手軽さとお得さはかなり優れたもの。一度試してみる価値はあると言えそうだ。