

お薬ニュース☆1月号

2014/01/15 磐井病院薬剤科



糖尿病について考えよう！！(1)

糖尿病ってどんな病気??

糖尿病は近年患者数が増加傾向にある病気で「生活習慣病」とよばれるものの一つです。具体的には、体の中にある「インスリン」というホルモンの働きがおちてしまうことで発症します。このインスリンという物質は食事などで体内に取り込まれた糖分を血液中から体の様々な細胞に移行させたり、脂肪やたんぱくの合成を行ったりします。インスリンが正常に働かなくなると血液中の糖分量が増加してしまい、体内で使われるエネルギーが不足してしまう事になるのです。発症初期には症状が現れにくいため発見が遅くなってしまふ事が多い病気でもあります。症状としては、

- ・のどの渇き
- ・疲労感
- ・多尿、頻尿
- ・多飲多食
- ・体重減少

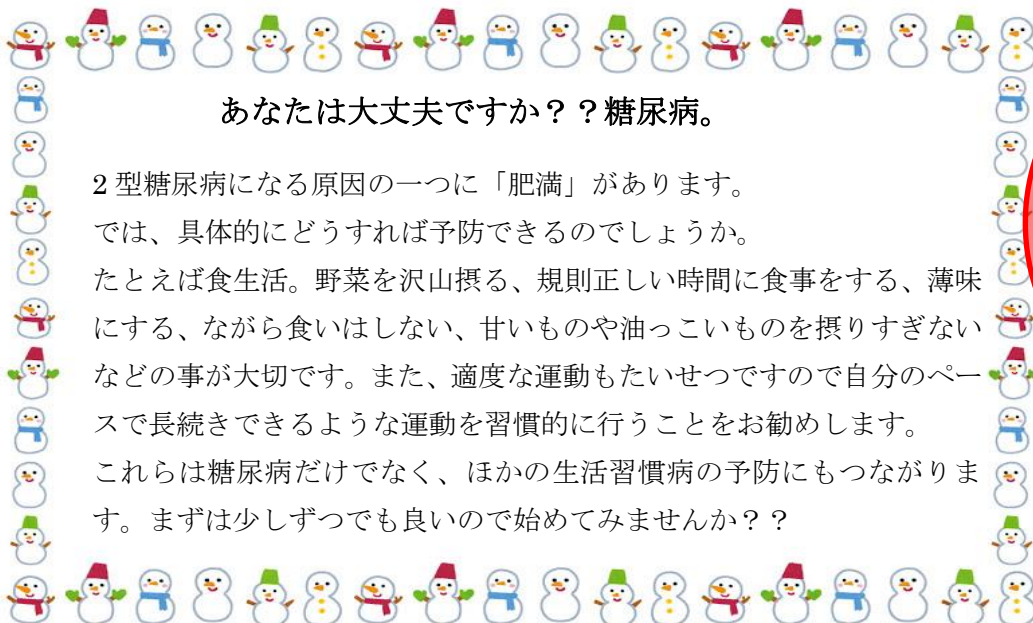
一般的に糖尿病は大きく3つに分けられます。

- ・1型糖尿病：膵臓のランゲルハンス島というインスリンを作る器官が働かない事が原因。
- ・2型糖尿病：体内で作られるインスリンの量が減少したり、インスリンの働きが弱る事が原因で日本人糖尿病患者の90%以上を占める。
- ・妊娠糖尿病：妊娠中に発症。胎児に合併症を起こすこともある。

血糖値の基準値は以下の通りです。

検査値名	随時血糖値	早朝空腹時血糖	ブドウ糖負荷試験	HbA1c 値
検査値	200mg/dl 以上	126mg/dl 以上	200mg/dl 以上	6.5%以上

これらの検査は採血が必要となるため定期的な健康診断を受けることをお勧めします。



あなたは大丈夫ですか??糖尿病。

2型糖尿病になる原因の一つに「肥満」があります。

では、具体的にどうすれば予防できるのでしょうか。

たとえば食生活。野菜を沢山摂る、規則正しい時間に食事をする、薄味にする、ながら食いはしない、甘いものや油っこいものを摂りすぎないなどの事が大切です。また、適度な運動もたいせつですので自分のペースで長続きできるような運動を習慣的に行うことをお勧めします。

これらは糖尿病だけでなく、ほかの生活習慣病の予防にもつながります。まずは少しずつでも良いので始めてみませんか??



糖尿病のお薬の種類

Part.1:経口薬



薬の分類	作用の仕方	商品名
DPP4 阻害薬	インクレチンというインスリン分泌を促すホルモンの分解を防ぐ事で、血糖依存的にインスリン分泌を促す。	グラクティブ錠、エクア錠 トラゼンタ錠、ネシーナ錠
インスリン分泌促進薬	インスリンの分泌を促すことで食後の血糖値を下げます。	グルファスト錠、ナテグリニド錠、オイグルコン錠、グリミクロン錠、ダオニール錠、グリメピリド錠
インスリン抵抗性改善薬	インスリンの体内での抵抗性を改善することにより血糖値の上昇をおさえます。	ピオグリタゾン錠
α-グルコシダーゼ阻害薬	食事で摂取した炭水化物からブドウ糖を作る機構を阻害し、血糖値の上昇を抑えます。	セイブル錠 ボグリボース錠
ビグアナイド系薬	体内での糖利用を促進&肝臓での生成を抑制することで血糖値を下げます	メトグルコ錠

☆低血糖症状には要注☆

糖尿病ではお薬の効果が出すぎたり、下痢や嘔吐の持続、アルコールの過飲、激しい運動を行うことで血糖値が下がってしまい低血糖を来すことがあります。また食事を摂らなかつたりすると起きることもあります。

症状としては、

頻脈、振戦（手足のふるえなど）、冷や汗、顔面蒼白、脱力感、動悸、ふらつき、頭痛などが見られます。この症状が出た時には糖分（**ブドウ糖**）を摂取しましょう！！

今回の糖尿病に関するお話はここまで・・・

次回2月号では今回書ききれなかった、

- ・こんなに怖い！糖尿病の合併症
- ・糖尿病のお薬情報 Part.2 インスリン製剤のあれこれ。
- ・気をつけよう「シックデイ」ルール

などについて取り上げたいと思います。次号もご覧くださいね☆



参照：厚生労働省 HP (<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/seikatu/tounyou/>)、

病気が見える (MEDIC MEDICA) アボットジャパン株式会社資料

アステラス製薬 HP (<http://www.astellas.com/jp/health/healthcare/diabetes/basicinformation01.html#information02>)