

# 薬の伝言板 糖尿病と飲み薬



No.269 2020年4月

丸子中央病院 薬局



糖尿病とは、膵臓から分泌される**インスリン**というホルモンの量が不足したり、効きにくくなったりして、血液中のブドウ糖が増えすぎた状態(高血糖)が**長く続く**病気です。

## 【血糖値が高い状態が続くとどうなるの?】

血糖値が高い状態が続くと体中の血管が蝕まれて、深刻な合併症を起こす危険性があります。代表的な合併症には、人工透析が必要となる患者の原因第一位の**糖尿病腎症**や失明の原因として多くの割合を占める**糖尿病網膜症**、手足にしびれや痛みなどの感覚異常を引き起こす**末梢神経障害**などがあります。



## 【糖尿病の検査】

糖尿病の初期に自覚症状はほとんどありません。従って、**血糖値**や**ヘモグロビン A1c** を継続して測定することが重要となります。

- ①早朝空腹時血糖値 126mg/dL 以上
- ②75gOGTTで2時間値 200mg/dL 以上
- ③随時血糖値 200mg/dL 以上
- ④ヘモグロビン A1c が 6.5%以上

①～④のいずれかに当てはまる人は糖尿病の疑いがあります



## ヘモグロビン A1c(HbA1c)とは

血管内でブドウ糖が赤血球の中のヘモグロビンに結合したもので、血糖値が高い状態が続くとこのヘモグロビン A1c の値も高くなります。血糖値は食事などにより変動しますが、ヘモグロビン A1c は短期的な変動は少なく、**過去 1～2 か月の血糖コントロール状態**を表しています。

## 75gOGTT とは

血糖値は常に変動しているため、1度の測定で異常値が出てもすぐに糖尿病とはいいきれません。そこで、75gのブドウ糖液を飲んで、時間を追って血糖値がどのように変動するのかを調べるのがブドウ糖負荷試験(75gOGTT)です。

## 【糖尿病の治療】

### ①食事療法

食事療法の基本は、カロリーを取りすぎないようにして膵臓の負担を減らして働きを回復させたり、インスリンの補給による血糖コントロールを行いやすくすることです。そのため、適切なカロリーの範囲内で、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルなどの栄養素をバランスよくとることが大切です。



### ②運動療法

運動によりエネルギーを消費することで、肥満が解消・抑制されます。さらに筋肉の活動量が上がることで、インスリンの働きが良くなります。さらに食後 1 時間頃に運動をすると、ブドウ糖や脂肪酸の利用が促されて血糖値が下がるという効果もあります。

### ③薬物治療

糖尿病の薬には内服薬、インスリン注射薬などがあります。今回は膵臓からのインスリン分泌が保たれている場合に主に使われる内服薬についてご紹介します。

当院の採用薬	特徴
グリメピリド錠 ミチグリニド錠など	インスリンを分泌する膵臓のβ細胞に直接作用してインスリン分泌を促す薬です。
ボグリボース錠	食事に含まれている糖質の分解を抑え糖の吸収を遅らせ、食後の高血糖を改善する薬です。
ピオグリタゾン錠	主に脂肪細胞に作用し筋肉などでインスリンが効きにくくなった状態を改善して、インスリンの作用を高める薬です。
メトグルコ錠	肝臓でブドウ糖が新たに作られるのを防ぐ薬です。また、筋肉のブドウ糖利用を促進させます。
テネリア錠 ジャヌビア錠など	インスリンを増やしたり、血糖を上げるホルモンであるグルカゴンを増やさないインクレチンの作用を長続きさせ、血糖を下げる薬です。
フォシーガ錠	体の中の余分な糖を尿中に排泄させる薬です。



糖尿病の発症には肥満が大きく関わっています。また糖尿病だけでなく、他の多くの生活習慣病の誘因にもなります。日常の生活習慣を見直し、間食、外食、アルコールに注意し、食事の取り方に気を付け運動を習慣付けることが糖尿病を予防するうえで大切です。