

学ぼう! 糖尿病のイロハ

糖尿病の薬物療法と 低血糖

1 糖尿病の薬物療法とは

糖尿病の治療の基本は、食事療法、運動療法、薬物療法です。食事療法や運動療法によって、良好な血糖コントロールを行えない場合に、薬物療法を行います。

糖尿病の薬物療法には、**飲み薬**と**注射薬**があります。

薬物療法は、食事・運動療法がきちんと行われて初めて、効果を発揮します!!

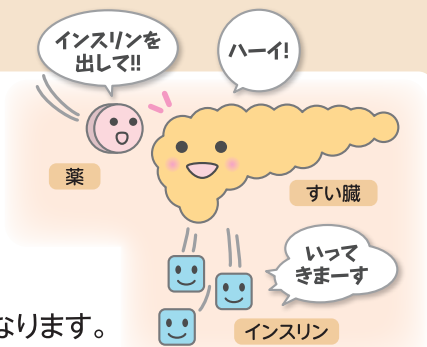


2 糖尿病の飲み薬

糖尿病の飲み薬は大きく4つに分かれます。

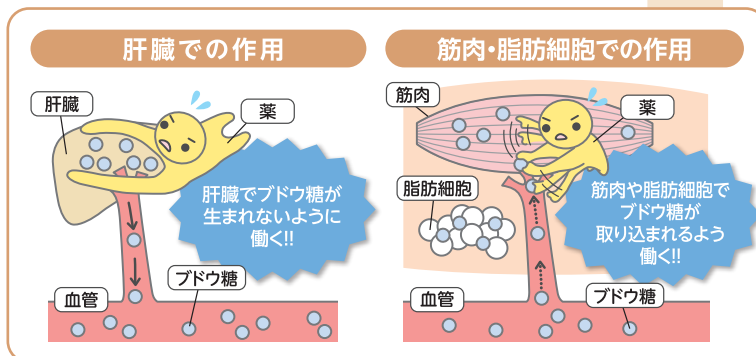
① すい臓からインスリンを分泌させる薬

- すい臓に働きかけて、インスリンが出るように命令する薬です。
- 副作用として、**低血糖**がおこることがあります。
- 食事療法が守れないと体重増加をきたしやすくなります。



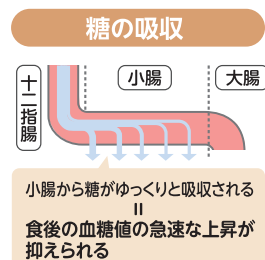
② インスリンの効きをよくする薬

- 肝臓を中心とした臓器に働きかけて血糖値を下げる薬と筋肉や脂肪組織でのインスリンの効きをよくすることで血糖値を下げる薬があります。
- 副作用として、低血糖、吐き気、嘔吐、浮腫、心不全がおこることがあります。



③ 糖の吸収を遅らせる薬

- 糖の吸収を遅らせることで食後血糖の上昇を抑制します。
- 副作用として、**お腹がはったり、おならが増えることがあります。**
- **食事の直前**に内服しないと効果がありません。(10分以内)
- 低血糖時には**ブドウ糖**が必要です。



④ インクレチン関連薬

- インクレチンとは小腸から分泌される消化管ホルモンです。
- **血糖値が高いときはインスリン分泌を促進し、血糖が低いときはインスリン分泌を抑制します。**
- 低血糖はおこしにくいですが、インスリン分泌促進薬との併用で低血糖をおこしやすくなります。

注意事項

- ★自分の飲んでる薬の名前と顔は覚えましょう!!
- ★きちんと食事を1日3回とり、それに合わせてきちんと薬を飲みましょう。
- ★薬を飲むタイミングはきちんと守りましょう。



3 糖尿病の注射

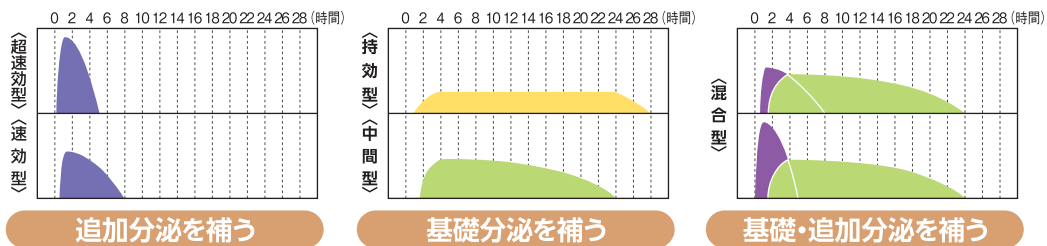
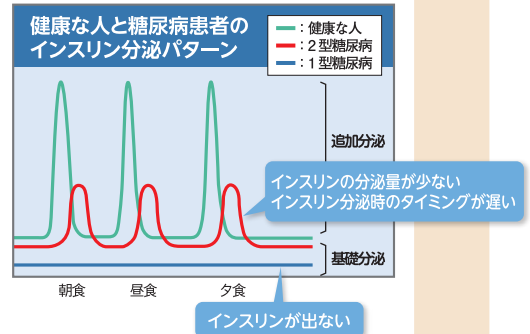
糖尿病の注射薬は、①インスリン ②インクレチン関連薬の2つに分かれます。

① インスリン (インスリンの分泌パターンは、大きく2つに分かれます。)

基礎分泌：24時間一定に保たれている分泌
追加分泌：食事をして血液中のブドウ糖の量が増えると、それに合わせてでる大量の分泌

糖尿病でインスリンが不足している人では、このパターンが崩れてしまっています。

なるべく健康な人と同じようなパターンに近づくように治療を行っていくことが大切になってきます。



② インクレチン関連薬

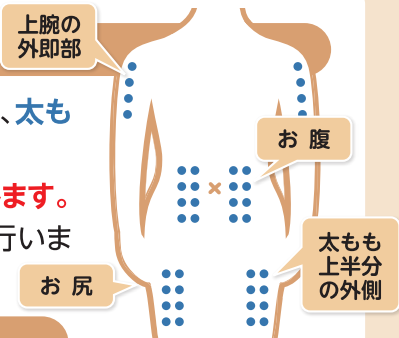
- 作用や特徴は飲み薬と同じですが、飲み薬より作用は強くなります。
- 最もよくみられる副作用は、便秘・下痢・胃部不快感などの消化器症状です。通常は、数日から数週間で自然となくなります。
- 体重減少効果もあります。

Q 注射に適した部位は？

体の中で注射に適した部位は、**上腕の外側、お腹、お尻、太ももの上半分の外側**の4つです。

お腹に打つのが、最も安定して吸収がよいのでお勧めします。

毎回、同一部位の中で少しずつ場所をずらして注射を行いましょう。



Q 注射薬の保管方法は？

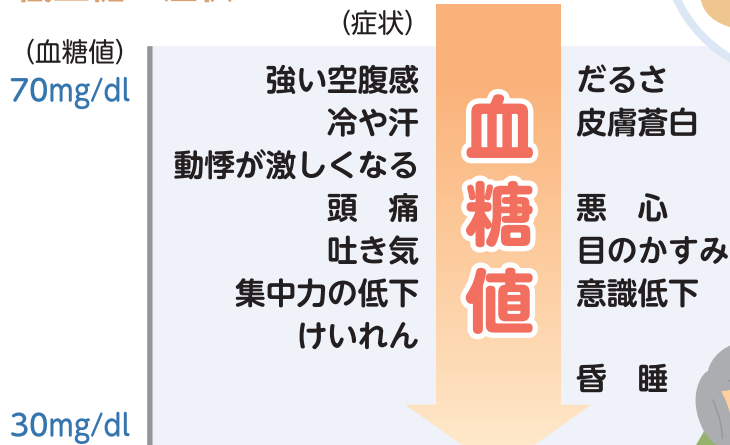
- 未使用のもの、**冷蔵庫で保管** (凍らせないように注意しましょう。)
- 使用中のもの、**常温で保管** (冷蔵庫には絶対入れてはいけません。)

注射ごとに2~3センチずつ注射部位をずらしていく

4 低血糖とは

血糖値が正常範囲以下にまで下がった状態です。

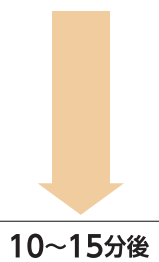
① 低血糖と症状



低血糖症状がおこる血糖値には個人差があります。
自分の初期症状をよく理解することが大切です。

② 対処法

症状を感じたら、すぐにブドウ糖 (10g) を摂り安静にしましょう。



ブドウ糖の粉末

水に溶いてよく混ぜ、飲む。

ブドウ糖の顆粒

口にそのまま入れてください。

※ブドウ糖がない場合は

ブドウ糖を含む清涼飲料 (150~200ml) または、
砂糖 (10~20g) などを摂りましょう。

- 症状がよくならない時は、再びブドウ糖 (10g) を摂りましょう。
- 症状が治まったらすぐに食事をするか補食 (おにぎり、パン、ビスケットなど) を食べましょう。
- 車を運転している場合は、すぐに路肩に停車してから糖분을摂りましょう。我慢して、運転を続けると事故の原因につながって、とても危険です。

**注意
事項**

低血糖があらわれた時には、

- いつあらわれたか覚えておき、主治医に相談してください。
- ブドウ糖は常に持っておいてください。