

# くすいばこ



薬剤部  
大塚 志織

## 91. 糖尿病と治療

4月に入り桜も咲き、穏やかな気候になりました。そして気持ち新たな新年度も始まりましたね。

新年度が始まると職場や学校で健康診断を受けたり、人間ドックを受けたりする方も多いのではないでしょうか。血圧や腎臓・肝臓の機能、血糖値など色々な項目の検査をしますので、健診を受けることでご自身の体調を見直される方も多いと思います。そこで今回は生活習慣病の一つでもある糖尿病とそれに関わるお薬についてのお話をさせて頂こうかと思ひます。

糖尿病とは血糖値を下げるホルモンであるインスリンが分泌されなくなる、もしくは分泌されるが効かなくなるなどのインスリン作用不足によって慢性の高血糖となる疾患です。糖尿病は主に1型糖尿病と2型糖尿病に分類されますが、1型糖尿病は自己免疫性の場合が多く、生活習慣が大きく関与しているのは2型糖尿病です。

高血糖となってもすぐには症状が現れないことが多いですが、徐々に自覚症状として多尿や口渇・多飲・体重減少などが現れたりします。そのまま高血糖の状態をほっておくと、合併症となる網膜症や腎症・神経障害を起こしたり、虚血性心疾患や脳梗塞になりやすくなったりします。また健診では空腹時の血糖値を測ることが多いと思ひますが、空腹時の血糖値が126mg/dL以上だったりHbA1cという値が6.5%以上だったりすると糖尿病の疑いがあります。(糖尿病と確定されるにはいくつかの条件を満たす必要があるので医師の話をよく聞いて下さい)

糖尿病自体も体にとっては良くないのですが、合併症は命に関わることもあり、合併症を予防することもとても大事です。治療はインスリンの分泌が枯渇している場合はインスリン注射が必須となってきますが、インスリンが体の中で効きにくくなっている場合はまずは食事や運動によって血糖値の改善を目指していきます。それでも血糖値のコントロールが不良の場合、飲み薬やインスリンなどの注射が必要となってきます。薬も色々なタイプのもので出てきており、インスリンを出すように作用する薬・糖の吸収をゆっくりにする薬・インスリンの効きを良くしてくれる薬・インスリンの分泌を血糖依存性に調節してくれる薬・糖を尿糖として体から出す薬など多岐に渡ります。

またインスリンはもともと体の中にあるものなので低血糖以外の副作用の心配が少ない薬なのですが、インスリンと聞くと「注射で嫌だな」とか「インスリンは最後の砦の薬だ」などといったネガティブな声を聞くこともあります。しかしインスリンを使うことでインスリンを出してくれる臓器である膵臓を休ませてあげることが出来る、血糖が高い状態を一度改善してあげることによってインスリンが効きやすい状態に体を戻してあげることが出来ることもあり、その結果インスリンの打つ回数が減らせたり、注射無しで飲み薬だけで治療をすることが出来るようになる場合もあります。なのでインスリンを毛嫌いせずに医師とよく相談して治療方針を決めていかれても良いかと思ひます。



健診を機に一度ご自身の健康を見直す機会にしてみてくださいね。