

つぼみつうしん



疾患別編②



〒869-1108
菊池郡菊陽町光の森3丁目17-7
Tel 096-201-8660
Fax 096-201-8661



文責:小田久美子

糖尿病とは

血液中のブドウ糖(「血糖」)の濃度が高い状態(「血糖値が高い」)が続く病気です。

健康な人は

食事をとる



血糖値が上がる



インスリンが分泌される

(血糖が過剰にならないよう調整)



ブドウ糖が肝臓や筋肉などにとりこまれる



血糖値が下がる



なぜ糖尿病がおこる？

・インスリンの分泌のタイミング
インスリンのタイミングが遅かったり、その量が不十分だと、血糖値が下がらない。



・インスリンの作用が悪い
インスリンの作用が悪いと、肝臓や筋肉に血糖を取り込みにくくなり、血糖値が下がらなくなる。



おもな原因に
肥満や**運動不足**がある



糖尿病になると…

体中の血管が高血糖で傷つき、**合併症**が起こります。

怖いのは、進行するまで自覚症状がほとんどないことです。

・細い血管に起こるもの

網膜症 ⇒ 失明

腎症 ⇒ 腎不全

神経障害 ⇒ しびれ・感覚低下



・太い血管に起こるもの

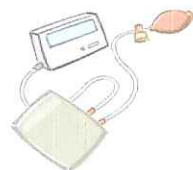
脳梗塞・狭心症・心筋梗塞

閉塞性動脈硬化症



糖尿病の判定基準

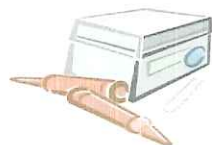
・空腹時血糖



100以下	…正常型
100-110	…正常高値
110-126	…境界型
126以上	…糖尿病型



・負荷試験2時間後



140以下	…正常型
140-200	…境界型
200以上	…隠れ糖尿病



糖尿病を改善するには…

● 食事をとる時のポイント

- ・食べ過ぎない(適正エネルギー摂取)
- ・甘いものをとりすぎない
- ・食物繊維を多くとる(もっちり麦)
- ・栄養バランス
- ・1日3食規則正しくとる



● 効果的な運動

- ・ウォーキングなどの有酸素運動
- ・1回30分以上、週3回以上
- ・食事の1～2時間後

つぼみ
調剤
薬局



くすりの種類

・インスリン抵抗性改善薬

- 効果** インスリンの作用をよくすることで
- 副作用** 血糖値を上げないようにする
むくみ・体重効果

主な薬 アクトス



・インスリン分泌促進薬

- 効果** 腎臓からのインスリン分泌を
促す

副作用 低血糖

主な薬 アマリール、グリミクロン

・食後血糖改善薬

- 効果** 小腸でのブドウ糖の吸収を
穏やかにする

副作用 おなら、おなかのはり

主な薬 ベイスン、ボクリボース、
グルコバイ、セイブル



・DPP-IV阻害剤

- 効果** 食事をした時のみ効果ができるので
低血糖を起こしにくい

副作用 なし

主な薬 ジャヌビア、エクア、ネシーナ