



## 《糖尿病》を学ぼう！

### 血糖値が高い時の主な症状

- 血糖値・200mg/dℓ (自覚できる様な変化は起こりにくい)
- ・300~400mg/dℓ (疲れやすい。異常に喉が渇く)
- ・500mg/dℓ以上 (意識が遠くなる。ひどい場合は昏睡状態に陥る危険あり)

★糖尿病の典型的な症状は、口渇、多飲、多尿、体重減少。

|                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| 神経障害                 | 手のしびれや感覚が鈍くなるなど           |
| 網膜症                  | 網膜の血管が詰まり、出血による視力低下。最悪失明。 |
| 腎症                   | 腎臓の機能が低下。最終的には人工透析。       |
| 動脈硬化                 | 動脈が硬くなる。脳卒中や心臓病につながる。     |
| 脳卒中(脳梗塞・脳内出血・くも膜下出血) | 特に脳梗塞を起こし易い。(血管が詰まりやすい)   |

- ★糖尿病と診断されると、服用できない抗精神病薬があります。
- ★自分に合った薬を飲み続けるために、高血糖には気を付けよう。

### 診断基準

- 空腹時血糖値が 126mg/dℓ以上で糖尿病の可能性あり。110-125mg/dℓで境界型糖尿病。
- 食後血糖値・随時血糖値 200mg/dℓ以上、HbA1c 6.5%以上で糖尿病の可能性あり。
- 正常値: 空腹時血糖値 100mg/dℓ未満、食後血糖値 140mg/dℓ未満、HbA1c 6.2%未満。
- ★糖尿病と診断されなくても、隠れ高血糖(空腹時血糖値は正常だが、食後血糖値が高い)や、高血糖時の症状がある場合は注意しよう！

### 糖尿病薬の種類

|                    |                             |                |
|--------------------|-----------------------------|----------------|
| ビッグuanイド(BG)類      | 主に肝臓での糖新生を抑制。肝・腎機能確認。       | メホルミン          |
| チアゾリジン誘導体          | 脂肪細胞を介してインスリン抵抗性を改善         | ビオグリタゾン        |
| スルホニル尿素(SU)類       | インスリンの基礎分泌・追加分泌を高める。低血糖に注意  | グリメピリド         |
| 即効型インスリン分泌促進薬      | インスリンの追加分泌促進。食後高血糖改善。       | ナテグリニド         |
| α-グルコシダーゼ阻害薬(α-GI) | 消化管の二糖類分解酵素を阻害。             | ボグリボース         |
| SGLT2 阻害薬          | 腎のブドウ糖再吸収を阻害。               | スーグラ           |
| DPP-4阻害薬           | 血糖依存性にインスリン分泌を増幅。           | ジャヌビア、テネリア、スイー |
| GLP-1 受容体作動薬       | 血糖依存性にインスリン分泌を増幅し、グルカゴン分泌抑制 | ビクトーザ          |
| インスリン製剤            | インスリンの分泌を補充。超即効・即効・中間・持効型など | ノボラピッド、ランタス    |

### 服薬(治療)時、次の症状に要注意!!

- ★低血糖症状  
(冷や汗、動悸、手指のふるえ、目のかすみ等)  
必ずブドウ糖などを携帯すること
- ★ケトアシドーシス  
悪心、嘔吐、腹痛、過度な口渇、倦怠感等の症状があれば直ちに受診
- ★尿路感染症  
頻尿、発熱等の症状があれば直ちに受診

### 高血糖にならないために!!

- ★理想の食べる順番は、  
「野菜」「肉・魚」「ごはん、パン」。  
食物繊維を先に摂ると糖質の吸収がゆっくりになります。
- ★1日3食を規則正しく摂る。  
朝ごはんをしっかり摂る。間食しすぎない。
- ★適度な運動を心がける。



お気軽に  
ご相談下さい



東加古川病院 薬局  
加古川市平岡町新在家 1197-3

