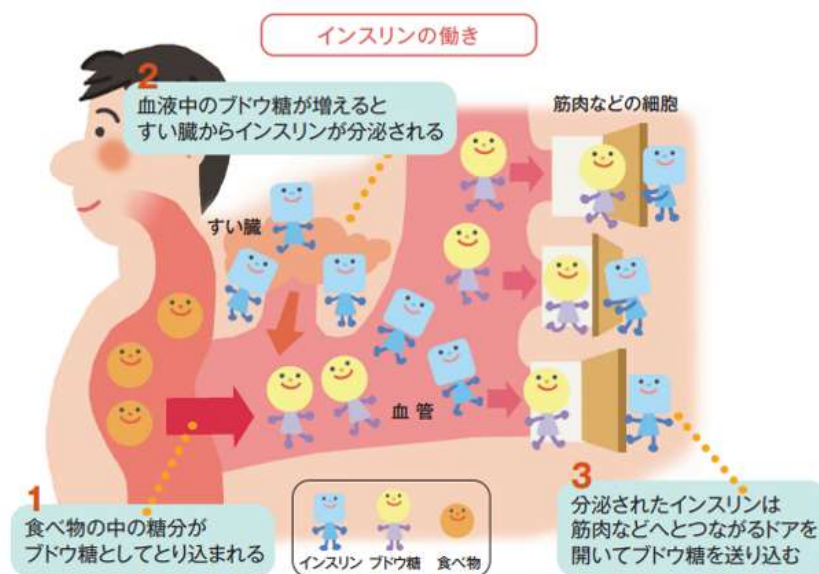


薬のひろば

糖尿病って何が怖いの？

1：糖尿病について

私たちが食べた炭水化物（糖分）は胃・腸の中で分解されてブドウ糖になり、小腸から血液に取り込まれます。血液中のブドウ糖（血糖）は膵臓から分泌されているインスリンの作用によって体の細胞に取り込まれ、エネルギーとして使用されます。糖尿病患者さんではインスリンの作用不足により血糖を細胞に取り込めず、血糖値が高くなってしまいます。



2：糖尿病の合併症

それでは、糖尿病になるとなぜよくないのでしょうか。それは糖尿病が多くの合併症を引き起こしてしまうからです。代表的な合併症である神経障害、網膜症、腎症について説明します。

神経障害

高血糖により神経のたんぱく質が傷ついたり、神経に酸素や栄養を届ける細い血管が傷つくことで血流が悪くなるのが原因です。主に手足などの感覚神経に生じることが多く、左右対称に痛みやしびれが起きます。また、痛みを感じにくくなる知覚低下が起きることもあり、傷や火傷をしても気が付かず悪化してしまう原因にもなります。

網膜症

網膜は目の奥に存在する 0.2mm ほどの薄い膜で、光や色を感じる視細胞と視細胞に栄養や酸素を届ける毛細血管が存在しています。高血糖が続くと毛細血管が傷つき、網膜での出血や毛細血管が詰まったりします。進行すると視力低下、視界に黒いものがチラつく、物が二重に見えるなどの症状が起き、最悪の場合失明につながります。

腎症

腎臓には、糸球体と呼ばれる細い血管からなる組織がたくさん集まっています。糸球体でたんぱく質や赤血球、白血球などの必要なものを血液中に残し、余分な水やミネラル、老廃物を尿としてろ過します。高血糖が続くと、糸球体の血管が傷つきろ過作用が低下します。病気が進むとむくみや息切れ、食欲不振、悪心が生じ、最終的に透析になることもあります。

3：糖尿病治療薬

このような糖尿病の合併症を引き起こさないためにも、血糖値を適切な値にコントロールすることは非常に重要です。そのための代表的な糖尿病治療薬を紹介します。糖尿病治療薬を大きく分けると、「インスリンを補充する」、「インスリンの分泌量を増やす」、「インスリンの効きを改善する」、「糖分の吸収を抑える」、「糖分を尿から排泄する」作用のある薬剤があります。

薬の作用	薬の種類	代表的な薬の商品名（成分名）
インスリンを補充する	インスリン製剤	ノボラピッド®（インスリンアスパルト） ヒューマログ®（インスリンリスプロ） ランタス®（インスリングルアルギン）
インスリン分泌量を増やす	スルホニル尿素（SU）薬	アマリール®（グリメピリド）
	速効性インスリン分泌薬	シュアポスト®（レパグリニド）
	GLP-1 作動薬	ビクトーザ®（リラグルチド） リベルサス®（セマグルチド）
	DPP-4 阻害薬	グラクティブ®（シタグリプチン） トラゼンタ®（リナグリプチン） テネリア®（テネリグリプチン）
インスリン分泌量を増やす ＋ インスリンの効きを改善	ミトコンドリア機能改善薬	ツイミーグ®（イメグリミン）
インスリンの効きを改善	ビグアナイド薬	メトグルコ®（メトホルミン）
	チアゾリジン薬	アクトス®（ピオグリタゾン）
糖分の吸収を抑える	αグルコシダーゼ阻害薬	ベイスン®（ボグリボース） セイブル®（ミグリトール）
糖分を尿から排泄する	SGLT 2 阻害薬	フォシーガ®（ダパグリフロジン） ジャディアンス®（エンパグリフロジン）

4：さいごに

糖尿病の治療薬には様々なものがありますが、薬を開始する前にまず運動療法と食事療法を行うことが糖尿病の治療の基本です。散歩やジョギング、水泳などの有酸素運動を行ったり、食事たんぱく質、脂質、糖質をバランスよく摂るなどの工夫をするようにしましょう。

糖尿病の合併症は初期ではほとんど症状がなく、気づいた時には病状が進んでいることが多いです。合併症を予防したり、進行を抑えるために定期的に検診を受け、早期に糖尿病を発見し、血糖値を管理しましょう。

参考資料：イーライリリー「糖尿病ってどんな病気？」 [PP-JAR-JP-1984_CC2020.indd \(diabetes.co.jp\)](https://www.diabetes.co.jp/pp-jar-2020/)

[HOME | 一般社団法人日本糖尿病学会 \(jds.or.jp\)](https://www.jds.or.jp/)

患者さんとスタッフのための糖尿病教室

糖尿病治療ガイド 2022-2023

文責：小西 紗矢