

**京都武田病院**

## 糖尿病

### 血糖の管理で合併症を予防



糖尿病センター長  
小川 栄一 氏

**Q** 治療について。  
画期的な治療薬としてインクレチン関連薬とSGLT2阻害薬があります。インクレチン関連薬の中でも、内服薬のDPP-4阻害薬は食後に分泌されるインクレチンというホルモンの作用を助けることで、治療に伴う低血糖のリスクを低下させます。注射薬のGLP-1受容体作動薬はその作用に加えて体重減少の効果が強くなります。SGLT2阻害薬は腎臓の近位尿細管にあるSGLT2を阻害し、グルコースの再吸収を減少させることで尿糖の排せつを増加させ、高血糖を改善します。最大の特徴は体重減少ですが、他の薬のメカニズムに影響を与えることもないため、組み合わせによっては大きな効果を引き出すことが期待されています。

**A** 適切な血糖管理を  
ける、飲酒量を減らすと  
いったことを心掛けてく  
ださい。極端な食事制限  
をするのではなく、食生  
活の問題点を是正するこ  
とが大切です。他にも歯  
周病や不眠が糖尿病に大  
きな影響を及ぼすといわ  
れています。歯科で定期  
的な指導を受けること  
や、睡眠と糖尿病には深  
い関わりがあることを認  
識する必要があります。  
Q 合併症などのリス  
クを回避するためには、  
A 適切な血糖管理を

**Q** 発症を防ぐには。  
糖尿病を予防するには肥満の解消、食事の量・脂肪分・糖質を減らす、食物繊維（野菜など）を増やす、運動習慣を付ける、飲酒量を減らすといったことを心掛けてください。極端な食事制限をするのではなく、食生活の問題点を是正することが大切です。他にも歯周病や不眠が糖尿病に大きな影響を及ぼすといわれています。歯科で定期的な指導を受けることや、睡眠と糖尿病には深い関わりがあることを認識する必要があります。

#### ー治療について。

画期的な治療薬としてインクレチン関連薬とSGLT2阻害薬があります。インクレチン関連薬の中でも、内服薬のDPP-4阻害薬は食後に分泌されるインクレチンというホルモンの作用を助けることで、治療に伴う低血糖のリスクを低下させます。注射薬のGLP-1受容体作動薬はその作用に加えて体重減少の効果が強くなります。SGLT2阻害薬は腎臓の近位尿細管にあるSGLT2を阻害し、グルコースの再吸収を減少させることで尿糖の排せつを増加させ、高血糖を改善します。最大の特徴は体重減少ですが、他の薬のメカニズムに影響を与えることもないため、組み合わせによっては大きな効果を引き出すことが期待されています。

#### ー発症を防ぐには。

糖尿病を予防するには肥満の解消、食事の量・脂肪分・糖質を減らす、食物繊維（野菜など）を増やす、運動習慣を付ける、飲酒量を減らすといったことを心掛けてください。極端な食事制限をするのではなく、食生活の問題点を是正することが大切です。他にも歯周病や不眠が糖尿病に大きな影響を及ぼすといわれています。歯科で定期的な指導を受けることや、睡眠と糖尿病には深い関わりがあることを認識する必要があります。

**－合併症などのリスクを回避するためには。**

適切な血糖管理を行うことで、網膜症、腎症、神経症の細小血管合併症のみならず心筋梗塞や脳梗塞などの大血管合併症の進展を予防できることが明らかになっています。近年、警鐘が鳴らされている点として低血糖があります。厳格な血糖管理を行っても、低血糖が頻発すれば高血糖とは別の仕組みで進行する心血管イベントの発症や認知症のリスクも上昇させるので、特に高齢者は低血糖を回避する必要があります。

2017年8月31日京都新聞より抜粋