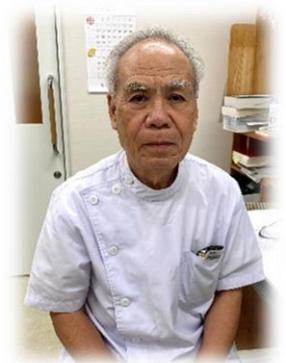




糖尿病治療薬あれこれ



医療法人社団 絃和会 平和台病院
名誉理事長 中村 周治



今から百年前の大正10年（1921）、インスリンが発見されました。経口糖尿病薬の発見は昭和三十年（1955）です。インスリンより34年あとのことです。インスリンなくしては生きるすべもなく亡くなっていた膨大な数の1型糖尿病の患者さんが普通に生きることできる時代になりました。2型糖尿病でもインスリンを必要とする例の多さは医療人皆が経験しています。今や経口剤は9種類となり、インスリンも作用の違いから8種類となり、インクレチン受容体作動薬も加わって、ますます多様な処方が可能となりました。インスリンやインクレチン受容体作動薬は更に進化した製剤の治験が進行中です。

また、体に装着することにより、24時間の血糖変動を瞬時にモニターできる血糖測定機器等々が急速に発展しました。糖尿病を診療する私たちは、それらの結果から、患者さんの生活スタイル、各種事情や心を考慮した「人を診る」処方が必要です。全ての医療者の日頃の学習と訓練がますます必要になりました。

糖尿病は一人で診療・治療・指導できないところに来ています。健康な日常を分かち合えるように、患者・医療者ともに工夫できる医療を目指しております。



お薬を飲むタイミングって、大切ななの？

糖尿病のお薬って、『食直前』や『食後』のものがあるけど、全部一緒に飲んではいけないの？
守らなかったらどうなるの？



こんな疑問、一度は思われたことがあるのではないのでしょうか。

実際、『食直前』の薬は何があるのでしょうか。

どうして『食直前』でないといけないのでしょうか。

◎ 糖尿病において『食直前』でないといけないお薬は**2種類**あります。

1. α -グルコシダーゼ阻害薬

ベイスン(ボグリボース)、グルコバイ(アカルボース)、セイブル(ミグリトール)などがあります。これらのお薬は、今から摂ろうとする食事に含まれる糖分の消化吸収を遅らせることで、食後に急激に血糖が上昇するのを抑えてくれます。

そのため、**この薬は食事よりも先に消化管内で待機しておかなくてはなりません。**

これらの薬は、食事中にのみわすれに気づいたら、すぐに服用しましょう。食後に気づいた場合は、その回の服用は避けましょう。そして、砂糖の吸収を遅らせてしまうため、低血糖が起きたときには**必ずブドウ糖で対処**しましょう。

2. 速攻型インスリン分泌促進薬

シュアポスト(レパグリニド)、グルファスト(ミチグリニド)などがあります。

これらの薬は膵臓に作用して、インスリンの分泌を促し、食後の血糖値を下げる効果があります。

この薬の効果発現はとても速く、持続時間が非常に短いのが特徴です。

そのため、食事の30分前に飲んだり、食後に飲んでしまったりすると薬の効果が出てしまい、低血糖を引き起こす可能性があります。

これらの薬は、食事開始後にのみわすれに気づいたら、その回の服用は避けましょう。

～その他の飲み方～

- 食後 … 食事を終えて約30分以内に服用
ほとんどの薬が『食後』に飲む薬です。
- 食前 … 食事を始める約30分前に服用
吐き気止めや、食欲増進のための薬、漢方薬などで指定される飲み方です。
- 食間 … 食事と食事の間(当院では食後2時間くらいで、と説明しています)
尿毒症の症状を抑え、透析導入を遅らせる薬や、漢方薬で指定される飲み方です。
- 食直後 … 食後すぐ、約5分以内に服用
一部のリン吸着薬などで指定される飲み方です。

飲み方については、意外と多く質問がきます。分からないときはいつでも相談してくださいね！



医師はみなさんの病気の症状や原因によって、薬を処方します。自分の薬が何のために出されているのかわからないと、飲み間違えたり、副作用をなにか別の病気なのでは？と心配してしまったりします。どうして自分にこの薬が必要なのか理解しておくこともとても大切です



地域連携室のご紹介

生活でお困りのことはありませんか？

地域連携室は病院の相談窓口です！

地域連携室は患者さんの外来・入院に際して、さまざまな問題や、福祉相談についての手続き等、その対応を行っています。生活上困っていること、今後の生活での不安なこと等、医療・福祉に関することについて、お気軽にご相談ください。相談費用は無料です。

- ・介護保険についての話を聞きたい
- ・エンディングノートの話を知りたい
- ・医療費について相談したい

等ございましたら、専門職である社会福祉士、看護師がお話を伺い、必要があれば関係機関との橋渡しもさせていただきます。地域連携室の場所は西館 1 階会計待合右後方にあります。

地域連携室 平日 9:00～16:00 土曜 9:00～12:00



担当

社会福祉士：谷口・中武

看護師：吉岡



防災ニュース

令和 3 年 6 月 10 日 (木) 14:00～14:45 防火訓練を行いました

内容： ①夜間想定 of 防火訓練 ②新入職員を対象とした消火器訓練

消火器訓練



避難誘導



初期消火



< 今回の防火訓練で職員から出た感想・意見等 >

- ・初めて防火訓練を受けて実際どのように動けば良いのか分かり良かった。
- ・実際に消火器の使い方を教われたので良かった。
- ・訓練をしてみて院内地図を日頃から把握しておくことが大切だと改めて実感した。
- ・患者さん役を通して、患者さんがパニックにならないように搬送中にも声掛けを行うとより安心して避難出来ると思いました。
- ・夜間でスタッフが少ない場合、スタッフ間の連携とスピードがもっと必要だと感じました。
- ・今回防火訓練に参加して、火災報知機の場所や仕組みがよく分かりました。
- ・今回の防火訓練を活かして素早く行動できるようになりたい。





パリパリッ! 和梨のノパイ

1人分(3個)
 ・エネルギー 73kcal
 ・炭水化物 15.3g
 ・たんぱく質 1.6g
 ・脂質 1.1g
 ・塩分 0g

餃子の皮を使ってとっても簡単！ヘルシー！

作り方



- ① 梨は皮をむき、くし切りにした後、1.5 cm程度にカットする。
- ② 耐熱ボウルに①を入れ、パルスweet粉、レモン汁、無塩バターを加えて混ぜ合わせる。
- ③ ボウルにラップをかけて電子レンジで600W 5分加熱する。
- ④ 粗熱をとったら、餃子の皮に③をのせ、縁に水をつけて折りたたむ。
- ⑤ 天板にアルミホイルを敷き、④を並べる。トースターで焦げ目がつくまで焼いたら完成。

*お好みでシナモンを入れても美味しくお召し上がり頂けます。
 仕上げに卵を塗って焼くとより一層きれいに仕上がります。

材料(3個分)

梨	50g
パルスweet粉	1g
レモン汁	1g
無塩バター	1g
餃子の皮	3枚

パリパリッ!



0.5単位分

餃子の皮 3枚 = ご飯 25g

餃子の皮は炭水化物を多く含むので
 ご飯と同じ仲間になります。
 ご飯の量を調整して食べましょう
 糖尿病交換表より

パルスweet粉は

パルスweet カロリーゼロ

を使用しています

いろいろな種類があります
 ので、成分等しっかりご確
 認の上ご使用ください

パイシートの代わりに
 餃子の皮を使用したこと
 でカロリーはなんと!

8分の1

パイシートを
 使ったパイ



平和台病院栄養部

発行元：医療法人社団絃和会 平和台病院 広報委員会



〒880-0034 宮崎県宮崎市矢の先町 150-1
 TEL:(0985)-24-2605 FAX:(0985)-22-0787

URL: <https://www.heiwadai.or.jp/> 令和3年10月1日発行

