



第39号

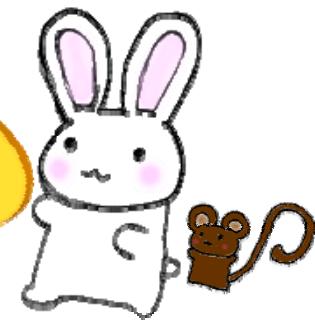
今回は糖尿病のお話



ナナカマドの実

発行：旭薬ナナカマド薬局

平成22年5月号



私たちは皆様にいろいろな情報をお伝えしていきたいと思えます。
不安なこと、知りたいこと何でも結構ですので私たちにお尋ねください。

糖尿病は「糖が尿にでる病気」？

糖尿病は、ホルモンの一種であるインスリンの量や働きが不足することで、血液の中の糖分量（血糖値）が高い状態が持続する病気です。

血糖値が一定の値を超えると、尿に糖分がでてきます。しかし、糖尿病の人全員の尿に必ずしも糖分がでるわけではありません。他の病気で尿に糖分が出ることもあります。

インスリンが正常に働いていると、食事により血液に入った糖分がエネルギー源として体中の細胞に必要なだけ届けられ、さらに余った糖分は肝臓や脂肪に蓄えられます。その結果、血糖値は常に一定の範囲に保たれています。インスリンはこの仕組みから「血糖値を下げるホルモン」といわれます。血糖値を上げるホルモンは数種ありますが、下げるホルモンはこのインスリンだけです。

薬局でいろいろ聞いてみるといいかもね



不安なこともあるよね



次回もお楽しみにね。

どんな治療法があるの？

大きく分けて食事療法・運動療法・薬物療法があります。糖尿病の薬物療法は、飲み薬とインスリンの注射薬があり、飲み薬はさらに「インスリンを出すよう促す薬」「食事からの糖分をゆっくり吸収させて血糖値が急激に高くないようにする薬」「肝臓や筋肉など体の細胞でのインスリンに対する反応性を良くする薬」があります。そして最近、血糖調節のしくみにインクレチンというホルモンが深く関与していることが新たにわかり、これを利用した薬が使われ始めています。

インスリン注射は、即効性のタイプ・持続性のタイプ・その混合タイプなど個々の病態に合わせてさまざまなタイプが使われます。

糖尿病は多くの場合、初期の段階では自覚症状がなく、自覚症状が出たときには合併症が進行していることも少なくありません。健康診断などを定期的に受け、血糖値の異常を早期に発見、治療を開始することが重要です。

ノロウイルスやインフルエンザなど感染症が流行中、手洗い、うがいは日常的に実施されていることではありますが、とても大切です。石鹸を使って流水で手を洗うことは、アルコール耐性のノロウイルスやクロストリディウム・ディフィシルを物理的に除去することができます。一般的には液体石鹸が推奨されていますが、固形石鹸は細菌汚染を受けやすいことから①石鹸表面を水洗いするなどして清潔にする、②受け皿に石鹸カスためない、③受け皿は水はけのよいものを選ぶなどの注意が必要になります。

糖尿病は一生つきあっていく病気です。けれども、自己管理さえしっかりすれば、糖尿病の人でも健康な人と同じ生活を送ることができます。

