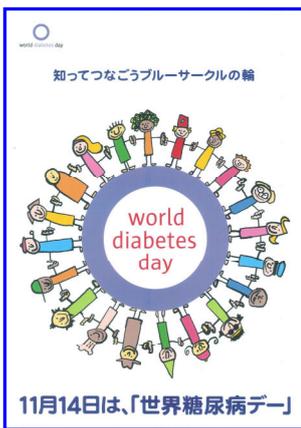


横山内科 院内新聞

第25号
平成24年
11月

十一月十四日は、『世界糖尿病デー』です。世界中で糖尿病の啓発運動が行われます。道内では札幌テレビ塔や、釧路市生涯学習センターがテーマカラーであるブルーにライトアップされました。

平成二十四年十一月十四日患者講習会では、糖尿病とインクレチンについて横山院長が講演を行いました。



「インクレチン作用不全が糖尿病の原因」

院長 横山 宏樹

糖尿病とは、慢性的に血糖値が高くなる病気です。私たちが食物を摂ると消化吸収されて血液中のブドウ糖が増えます。通常ではその増えたブドウ糖は膵臓のβ(ベータ)細胞から分泌されるインスリンの作用によって、脳や筋肉など身体を動かすエネルギーとして消費されたり、肝臓に蓄積されたりします。

高血糖の原因

しかし増えたブドウ糖がそのまま血液の中に取り残されてしまうと高血糖となります。このような高血糖

状態を引き起こす大きな原因は二つあります。一つはインスリンの分泌量が少ない、またはインスリンの分泌が遅い「インスリン分泌不全」。もう一つは分泌されたインスリンの効きが悪い「インスリン抵抗性」です。

糖尿病患者さんの身体の中では、食生活や年齢などの環境的要因と遺伝的要因を背景とし、インスリン分泌不全と、インスリン抵抗性の二つの要因が高血糖を引き起こしているのです。

インクレチンとは？

インクレチンは、食事の消化吸収に伴い小腸から分泌されるホルモンの総称です。インスリンやグルカゴンなど血糖調節に重要なホルモンの分泌に深く関わっています。

2012年4月から国際標準化に伴い

HbA1c ヘモグロビンエーワンシーが変わりました

HbA1cは、過去1-2か月間の血糖値の平均値を反映し、糖尿病の診断や血糖コントロールの指標となります。以前のHbA1cの数値と比較するときは、0.4%引いて考えます。

2013年4月からは健康診断や人間ドックでもこの数値が使用されます。

Q.血糖が高くなったの？

A.基準が変更となったので、血糖が悪くなったわけではありません

Q.新旧のHbA1cはどこで見分けるの？

A.以前までのHbA1cは“JDS値”、新しい値は“NGSP値”と区別されます





糖尿病と付き合う為の、必須知識

1. HbA1c…約2か月間の血糖コントロールの指標。目標は**6.9%未満**。
2. 3大合併症…**網膜症、神経障害、腎症**。
3. 糖尿病がある人の血圧は…**120mmHg 台かつ70mmHg 台**、あるいはそれ以下に。
4. 糖尿病がある人の脂質は…LDLコレステロール(悪玉)で**100mg/dl 以下**に。
5. **肥満の解消!!** 体重=身長(m)×身長(m)×**25**以下に。
例)身長**170**cmなら、**1.7×1.7×25=72.2**kg
6. 上記を基準に、**脳梗塞、心筋梗塞を防ぐ**ことが、最も大切だとは思いませんか？



糖尿病患者の方ではインクレチンの分泌量が低下していることが知られていますが、つまりこのインクレチンの作用不全が糖尿病の原因といえることができます。

インクレチン関連製剤
近年インクレチンの作用を強めるDPP-4阻害薬と、インクレチンに似たGLP-1アナログ製剤を注射する治療が広く行われるようになりました。DPP-4阻害薬は低血糖や体重増加の副作用がなく、当院の糖尿病患者さんの半数近くの方が服用しています。

ただしこのお薬でもHbA1cが高い方、糖尿病の罹病期間が長い方、強いインスリン分泌刺激作用を持つスルホニルウレア剤を高容量使用している方などでは効果が不十分であったり、減弱したりすることもわかってきました。また飲み薬同士の相性もあります。

どんなに夢のような素晴らしいお薬であっても、その効果を十分に発揮する為には食事や運動療法にしっかりと取り組むことが大切です。

■院長より■
糖尿病に対する考え方がどんどん変わってきています。原因の解明が進み、治療へ反映されて、最近の患者様の合併症は減り長生きできるようになっています。インクレチン関連薬には飲

み薬と注射薬があり、多社から出ています。十年後はこれらの薬剤がどのように評価されているのでしょうか。日々、皆様のデータから私達も研鑽を積み、ベストな医療を探求したいと思います。良い薬が目白押しで開発される中、皆様もよりに健康に留意して、元気に楽しく糖尿病とお付き合いください。

編集後記

寒さが増し忘年会に新年会と美味しい誘惑の多い季節になりました。今年は腹八分目にして、一年間頑張ってきた体にもやさしくしてあげませんか。

第三十四回患者講習会は平成二十五年二月の予定です。皆様のご参加を心からお待ちしております。

