

横山内科 クリニック 院内新聞

第37号
平成28年
11月

平成二十八年十一月十四日
世界糖尿病デーに第四十五回
患者講習会が行われました。今
回は、大きく変わった糖尿病
臨床〜今後の問題点は〜をテ
ーマに横山院長が講演を行
いました。

二型糖尿病のパラダイムシフト

パラダイムシフトとは、その
時代や分野において当然のこ
とと考えられていた思想や認
識、価値観などが、
劇的に変化すること
を言います。西
暦2000年を過
ぎてからの糖尿病
患者への治療の進
歩は目覚ましく、



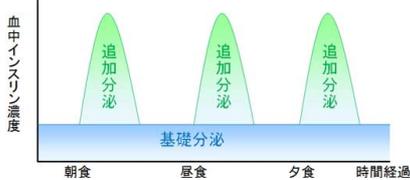
様々な薬が登場しています。
〜糖尿病治療薬の歴史〜

1950年代には糖尿病の
治療薬はSU薬しかありませ
んでした。SU薬は膵臓を刺激
してインスリンの分泌を促す
薬で、副作用に低血糖や食欲を
刺激することによる体重増加
があります。低血糖を起こす
沢山食べる↓太る↓血糖が悪
化↓SU薬を増やす…という
悪循環な治療でした。その後、
ビッグアナイド薬が1961年
に、アクトスが1999年に登
場しました。これらは、体から
出ているインスリンの効きを
良くするため、低血糖は起こし
ません。2009年には、血糖
値が高いときのみインスリン

の分泌を促し、血糖が低い時に
は働かないため、低血糖を起こ
さないDPP4阻害剤が登場
しました。低血糖以外の副作用
も少ないため現在では糖尿病
治療の第一選択薬となってい
ます。

〜注射薬の歴史〜

1946年に中間型インス
リン(NPH)が、1982年に
速効型インスリンが、更に19
95年には速効型より血糖降
下作用のピークが早い超速効
型インスリンが、2000年に
は持効型インス
リンが登場しま
した。NPHも
持効型もインス
リンの基礎分泌
を補いますが、
持効型はNPH
に比べ血糖降下
作用にピークが



なく、より長時間、作用が持続
するため、正常なインスリン分
泌動態に近づけることができ
るようになりました。2010
年には、血糖値が高いときのみ
インスリンの分泌を促し、胃酸
の分泌や食欲中枢を抑えるこ
とから体重を減らす効果があ
る注射剤GLP1製剤も登場
しています。

〜A1CUBMI〜

前項で紹介した様々な薬の
登場によりA1Cの数値はも
とより、A1Cの質低血糖を
起こさず、食後血糖の跳ね上
りを起こさず血糖値変動が少
ない良いコントロールの改善
も目覚ましく進化しています。
糖尿病データマネージメン
ト研究会(JDDM)のデータ
では、全国の糖尿病患者の20
02年の平均A1Cは7.4
6%であり、2015年には7.

0.5%へ改善しています。しかし、体格を表す指標であるBMIは24.1から24.7と増加しています。

帯広の糖尿病患者でBMI2.5以上の肥満者の割合は約59%、全国の糖尿病患者では約43%と、帯広の肥満者の割合は、全国と比べて多くなっています。

BMI(Body mass index)=
体重 kg / (身長 m)²
25 以上で肥満。

糖尿病の管理目標

糖尿病の人では、①A1C 7.0%未満、②血圧130/80未満、③HDLコレステロール40以上、LDLコレステロール120未満、総コレステロールからHDLコレステロールをひいたNonHDLコレステロール150未満を目標としています。JDDMのデータより、この3つの目標

を全て達成している人の割合はBMI2.5未満で25%、BMI2.5~3.0で16%、BMI3.0以上で13%と肥満と共に目標達成率が減ります。ステノ2スタディでは、血糖のみではなく、血圧や脂質の管理等多面的強化療法を行うことが心筋梗塞、脳梗塞の発症を抑制すると説かれています。

透析導入率

1型糖尿病の人工透析導入率は、1990年と2010年を比べると10分の1に減っています。糖尿病性腎症による透析導入率は年々増加傾向にあります。2008年頃から、その増加は頭打ちとなり、今後は減少傾向になると予測されます。

糖尿病患者の高齢化

治療の進化に伴い、糖尿病患者の高齢化が進み、癌、筋肉減少

症、認知症、うつ、不眠症、歯周病の顕性化が、日常診療で問題となつていきます。糖尿病を持つていると筋肉減少症は加速されます。筋肉は血液の中の糖を消費する現場になるため、筋肉をつけることはとても重要です。糖尿病は認知症になりやすいと言われています。当院で行ったMMSEという認知症のテストで、異常値であった人の割合は非糖尿病で3%、糖尿病で6%と糖尿病患者で多い結果でした。歯周病は心筋梗塞の予知因子と言われています。糖尿病において歯周病管理は食事療法遵守の観点から重要であり、この機会に歯科受診を考えてみると良いでしょう。

SGLT2阻害剤

SGLT2阻害剤は2年前に登場した薬です。尿に糖として1日300kcalを排泄す

ることで、血糖を下げ体重を減らす効果があります。筋肉を落とすことも考えられるため、太って若い人(65歳以下)向けの薬です。

院長より

今回話しましたように、糖尿病は怖い・短命・脳梗塞が多いという印象がかなり改善されてきています。皆様、長生きします！生きている限りは元気でいたいので、日々体の御手入れを！

編集後記

十一月に入り雪も降り、外はすっかり冬景色になりました。これから更に寒さが厳しくなりますので、うがい・手洗い・防寒をしっかりと、風邪をひかぬよう気を付けてくださいな。

第四十六回患者講習会は、平成二十九年二月頃の開催予定です。皆様のご参加お待ちしております。