

# 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。

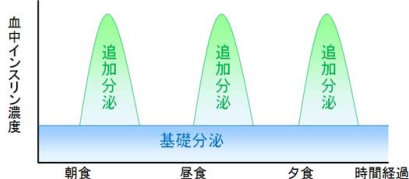
### 〜糖尿病治療薬の歴史〜

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)<sup>2</sup>  
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、太っていて若い人(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。