



糖尿病薬も週1回服用製剤が出ました！

薬剤部 大谷



骨粗鬆症の治療薬には、作用時間が長い週1回製剤が以前より開発されています。最近、糖尿病のお薬でも週1回の服用で毎日服用するのと同様の効果の期待できる薬が出ました。糖尿病薬には様々なタイプのものがあり、その作用や副作用も様々です。

・DPP-4阻害薬の作用

週1回製剤の糖尿病薬はDPP-4阻害剤と呼ばれるタイプの薬剤です。血糖を下げるホルモンであるインスリンは食事を摂ったタイミングで多く分泌されます。インスリンの分泌には、消化管で分泌されるインクレチンと言うホルモンが大きく関与しています。インクレチンは食事をした時に消化管から分泌され、インスリン分泌を促進し、血糖を下げる作用を持ちます。インクレチンは、通常体内ですぐに分解されて、その効力を失ってしまいます。このインクレチンを分解してしまう酵素をDPP-4と呼んでいます。そのDPP-4を阻害する薬がDPP-4阻害薬です。DPP-4を阻害することで、インクレチンの効果を持続させ、結果的に血糖値を下げる作用があります。

・血糖依存的に作用することが特徴

DPP-4阻害剤は、血糖依存的にその効果を示します。その理由としては、食事をした(高血糖)時に血糖値を下げる作用を持ち、空腹時など血糖が低い時にはインスリンの分泌を促進させないため血糖を下げません。ですから、他の糖尿病薬とは異なり、低血糖状態を起しにくいという特徴があります。

・作用時間

今回の週1回製剤の糖尿病薬は、血液中の半減期(薬の全量が半分になるまでの時間)が長く、肝臓で代謝をほとんど受けず、腎臓で排出される時にほとんどが再吸収されるため、効果が1週間持続します。

・週1回服用のメリット

1週間に1度の服用で効果の期待できる薬剤ですので、薬の管理がしやすくなります。薬の飲み忘れが多く、自覚症状が少なく薬を飲むのが面倒、ご家族やヘルパーの方が薬の管理をしているなど、薬を定期的に服用しにくい方などに対して週1回のお薬は適しています。服用する曜日をしっかりと決め飲み忘れをしないようにすることが大切です。

・服用上の注意点

DPP-4阻害剤は、血糖依存的にその効果を示すため、単独で服用する場合は、低血糖を生じることはほとんどないのですが、他の糖尿病薬を併用した場合は低血糖になる可能性があります。低血糖の初期症状としては、強い空腹感、冷や汗、動悸、手指の震えなどがあります。ブドウ糖や砂糖を携帯して低血糖症状を感じた場合はすぐに対処できるようにしておくことが大切です。

糖尿病薬の治療薬の開発は進んでいます。新薬が次々出てきています。医師や薬剤師と相談しながら、生活習慣改善を第一に、ご自分の症状や生活スタイルに合った糖尿病薬を服用するようにしましょう。



第12回博愛ウォーキング中止のお詫び

平成30年4月7日(土)に第12回博愛ウォーキングを開催する予定でしたが、当日はあいにくの雨模様となり中止といたしました。楽しみにされていた参加予定の皆様には残念なお知らせとなり申し訳ありませんでした。9月に再度企画いたしますので皆様のご参加をお待ちしています。生活習慣病スタッフ一同



旬香 千の食卓

旬香♡千の食卓は、旬の食材を1品取り上げて、主食、主菜、副菜に七変化させてみます。ファッションをコーディネートするように、食材をコーディネート【コーデ】しましょう。

旬の食材【5月・6月】：玉ねぎコーデ



主食：新玉ねぎの炊き込みご飯

- ※玉ねぎは、放射状に8等分、切り込みを入れる。
- 炊飯器に白だしを入れ、玉ねぎをのせて炊く。盛り付けたら、鰹節と小口ねぎをのせる。



主菜：新玉ねぎの梅風味ステーキ

- ※玉ねぎは厚さ1cm位の輪切りにする。フライパンで両面を焼き、火が通ったら梅干し、酒、みりん、醤油を合わせたタレを入れる。少し煮詰めて完成。



副菜(温)：新玉ねぎとタケノコのスープ

- ※玉ねぎとタケノコ、その他、春野菜をたっぷり入れて、中華スープと塩で味付けする。具材を少し長めに煮込むことで、野菜の甘み(旨味)がたっぷり。



副菜(冷)：新玉ねぎとひじきのマリネ

- ※ひじきは水で戻す。油揚げは7ミリくらいの幅に切ってフライパンでこんがり炒める。スライスした玉ねぎと、ひじき、油揚げを、甘酢に漬けて、味がなじんだら盛り付ける。



玉ねぎそのものは、決して栄養価の高い食材ではありませんが、体の掃除をしてくれる野菜です。ケルセチンという成分は、高い抗酸化力で動脈硬化を予防したり、天然の抗がん剤とされています。また体内に摂取した脂肪の吸収を抑制する働きがあります。サイクロアラインという成分は、血管を広げたり、血管内に脂肪が沈着するのを防ぐ働きがあります。グルコキニンという成分は、水溶性で熱に強く、腸からの糖質の吸収を妨げ血糖値を下げる働きが認められています。

