

治療

時に「食事療法ってホントは意味ないんでしょ」と言われて驚かされることがあります。糖尿病の治療は食事・運動療法が基本、というのは決して「建前」ではありません。非常に効果的な治療法なのですが、ただ、その実行が難しいのです。「痩せなさい」というだけの食事指導、「歩きなさい」というだけの運動指導、「DPP-4 阻害薬を処方するだけ」の薬物療法から、一步進化する参考になると幸いです。

インスリン、GLP-1 製剤といった注射薬を患者の自己管理のもと治療に用いるのは、糖尿病治療特有です。また、インスリンポンプなど新しい治療法も進化しています。専門医に依頼することの多い部分かもしれませんが、時宜に合った治療選択をアドバイスできるように基礎知識はもっていたいところです。

4. 食事療法

- Q1** 糖尿病教育、食事指導は意味がないのか？……329
- Q2** 具体的な食事指導はどう行えばよいのか？……330
- Q3** カーボカウントとは？ どう実践していけばよいのか？……330
- Q4** 糖質制限食が流行しているが、一般に推奨されるものなのか？……331
- Q5** 患者の食事内容を把握するには？ 持続的なフォローは？……332
- Q6** 栄養士をより上手に活かすには？……332

5. 運動療法

- Q1** 運動療法とは？……335
- Q2** METs とは何か？ METs・時とは？……335
- Q3** 運動療法についてのエビデンスはあるか？……336
- Q4** 運動療法で血糖値はどのくらい下がるのか？……337
- Q5** 血糖値の低下以外に、運動療法のメリットはあるか？……337

- Q6** 運動療法のメリットを患者にどう説明すればよいのか？……337
- Q7** 短時間の運動でも効果はあるか？ 運動時間の総計が一定以上あればいいのか？……337
- Q8** 運動処方はいかに具体的に？……337
- Q9** 運動をしてはいけない糖尿病患者とは？……338
- Q10** 通勤や家事も運動療法になるのか？……339

6. 薬物療法：経口血糖降下薬による治療

ビグアナイド (BG) 薬

- Q1-1** メトホルミンの作用機序は？……343
- Q1-2** 欧米のガイドラインでは、なぜ糖尿病の第一選択薬はメトホルミンなのか？ 日本ではなぜそうなのではないのか？……344
- Q1-3** アジア人でのメトホルミンのエビデンスは？ 肥満型の人にしか効果はないのか？……345
- Q1-4** メトホルミンを使用できないのはどんなときか？……345

- Q1-5** メトホルミン使用に年齢制限はあるか？……347
Q1-6 乳酸アシドーシスを疑うべきときは？ 普段の乳酸測定に意味はあるのか？……347

スルホニル尿素 (SU) 薬・グリニド薬

- Q2-1** SU 薬・グリニド薬の作用機序は？……347
Q2-2 SU 薬は使う必要がないのか？ 使用するとβ細胞の枯渇につながるのか？……348
Q2-3 高齢者への SU 薬使用で注意すべきことは？……349
Q2-4 腎機能低下でも、SU 薬の薬物動態は変わらないのに、なぜ低血糖が遷延しやすいのか？……349

ピオグリタゾン

- Q3-1** ピオグリタゾンの作用機序は？……349
Q3-2 ピオグリタゾンの使い方は？……350
Q3-3 非アルコール性脂肪肝炎 (NASH) に対する有効性は？……350
Q3-4 結局のところ、膀胱癌のリスクは上がるのか？……350

α-グルコシダーゼ阻害薬 (αGI)

- Q4-1** αGI の作用機序は？……351
Q4-2 αGI に関するエビデンスは？……352
Q4-3 速効型インスリン分泌刺激薬とはどう使い分ければよいのか？ 併用は？……352
Q4-4 放屁で服薬をやめる人はいるか？……352
Q4-5 腹部手術後の患者には投与禁忌か？……352
Q4-6 食後内服では意味はないのか？……353

DPP-4 阻害薬

- Q5-1** DPP-4 阻害薬の作用機序は？……353
Q5-2 DPP-4 阻害薬に関するエビデンスは？……353
Q5-3 DPP-4 阻害薬を使用するタイミングは？ なぜ欧米ではあまり使われないのか？……354
Q5-4 週 1 回投与 DPP-4 阻害薬の血糖降下作用は？……354
Q5-5 DPP-4 阻害薬の注意すべき副作用とは？……354

SGLT2 阻害薬

- Q6-1** SGLT2 阻害薬の作用機序は？……355
Q6-2 EMPA-REG OUTCOME 試験, CANVAS 試験はなぜアウトカムが良かったのか？……355
Q6-3 急性期疾患の際に SGLT2 阻害薬を使うのは可能なのか？……356
Q6-4 SGLT2 阻害薬は高齢者には使用できないのか？……356
Q6-5 SGLT2 阻害薬は腎機能障害患者には使用できないのか？……357
Q6-6 SGLT2 阻害薬の処方時はどんなことに注意すべきか？……357

7. 薬物療法：注射薬による治療

① インスリン製剤

- Q1** インスリン療法が必要な糖尿病とは？……361
Q2 内服から BOT に切り替えるケースとは？……362
Q3 インスリン製剤の種類は？ その違いは？……362
Q4 インスリンの初期投与量はどうか？……364
Q5 インスリン使用後の血糖コントロール目標は？……364
Q6 インスリン投与量はどうか？調整すればよいのか？……366
Q7 基礎インスリンと追加インスリンの比率に目安はあるか？……367
Q8 BOT と強化インスリン療法の選択はどうか？……367
Q9 早朝の血糖が高・低値の場合はどうか？……367
Q10 認知症、高齢独居、夜勤、長距離トラック運転手などにおける注意点は？……368
Q11 インスリンポンプはどのような症例で考慮すべきか？……369

7. 薬物療法：注射薬による治療

② GLP-1 製剤

- Q1** GLP-1 製剤とは何か？……371
Q2 そもそも GLP-1 製剤はどのようなときに使うのか？……371
Q3 DPP-4 阻害薬と GLP-1 製剤の違いは？ 切り替え時の基準は？……372
Q4 BOT 療法と比較した場合、GLP-1 製剤のメリット・デメリットは？……374
Q5 1 日 1 回製剤と 1 日 2 回製剤、週 1 回製剤はどうか？……375
Q6 GLP-1 製剤の心血管イベントへの抑制効果に関するエビデンスは？……376
Q7 GLP-1 製剤の腎保護作用に関するエビデンスは？……376

コラム② 糖尿病の最新治療

- Q1** 脾臓移植は今どうなっているか？……380
Q2 SAP 療法、そして新たなグルコースモニタリングシステムとは？……380
Q3 DDS 技術の進化と非注射製剤の開発の現状は？……382
Q4 肥満外科手術の適応は？……383
Q5 AI は糖尿病診療を変える？……384