

知っておきたい

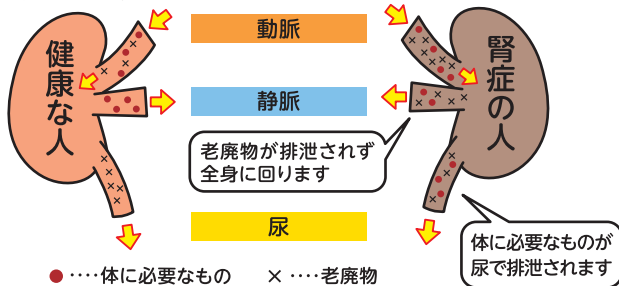
糖尿病とのつきあい方

糖尿病のお薬のことは薬局にご相談ください。

お薬は継続して 飲み続けることが大切です

治療を怠ると…

糖尿病による腎症



さらに悪化すると▶透析が必要になる場合があります

糖尿病性腎症は透析導入の原疾患でトップです



出典：わが国の慢性透析療法の現況（日本透析医学会）

服薬のタイミングは 調整できる場合があります

- 朝食を食べない
- 昼食を食べない
- 夕食に飲酒をする



等で食前・食後の薬を服用していない事がありますか？

どのタイミングだと服用可能ですか？

主治医へ薬剤・用法の変更をご相談ください

出典：国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター

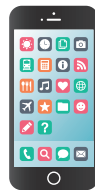
飲み忘れは工夫することで減らすことができます

あらかじめ飲む薬をセット

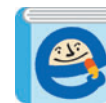


- 食卓に置いておく
- ピルケース
- 服薬カレンダー
- 職場や鞆にも数回分を用意

スマートフォンの利用



e-お薬手帳アプリ



- アラームをセット
- 服薬管理アプリ（電子お薬手帳など）

病院・薬局に相談



- 忘れにくい服用時間、1日1回のお薬に変更
- 朝昼夕に一包化

出典：国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター

シックデイ時の服薬ルールを決めておく必要があります

シックデイ（体調の悪い日）になると高血糖になりやすくなります

例

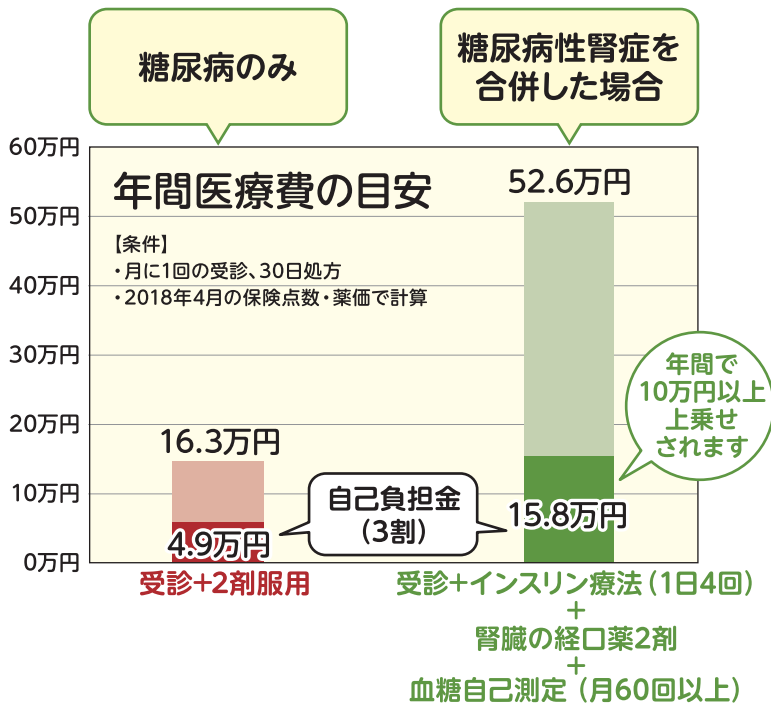
- 経口薬
 - ・ビッグアナイド、SGLT2 ➡ 食事が摂取できない場合は**服用中止***
 - ・インスリン分泌を促進する薬 ➡ 食事の量に合わせて**加減する***
- GLP-1受容体作動薬 ➡ 吐き気などがなければ**いつも通り***注射する
- インスリン製剤 ➡ 血糖値を見ながら**単位数を調整する***

*どの程度調整するのか、主治医と具体的に決めておいてください

出典：超高齢社会におけるかかりつけ医のための適正処方の手引き（3糖尿病）、日本医師会、日本老年医学会、株式会社三和化学研究所 糖尿病セミナー



治療を継続する方が生涯的に安くなる場合もあります



出典：国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター

注射剤が使いにくい時は補助具もあります

力が入らない場合

- ①両手の親指を重ねてボタンを押し切る
- ②注射器に輪ゴムを巻く
- ③補助具を使用する



滑り止め具の一例

見えにくい場合

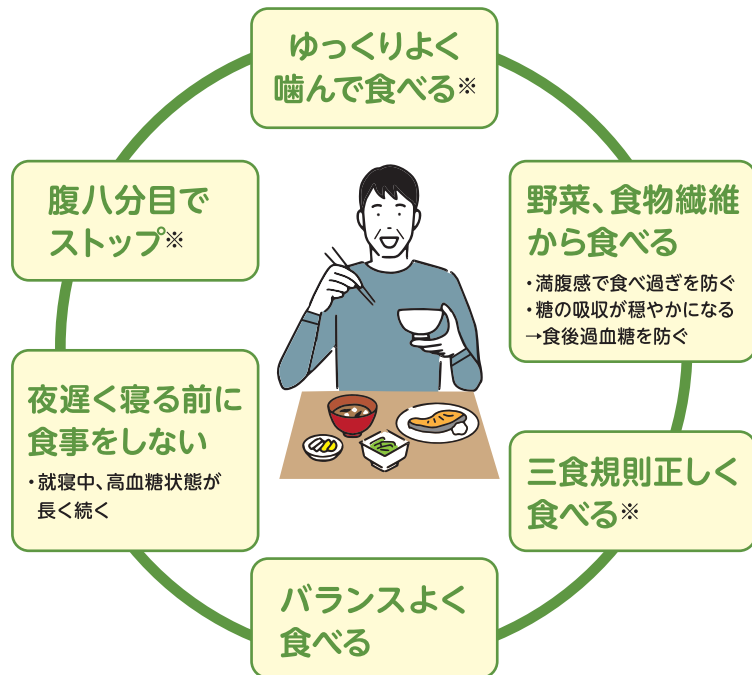
- ①拡大鏡 (虫メガネ) を使う
- ②識別シールを使う



製剤ごとに色や名称の異なるもの

出典：ノボノルディスクファーマ株式会社 糖尿病サイト

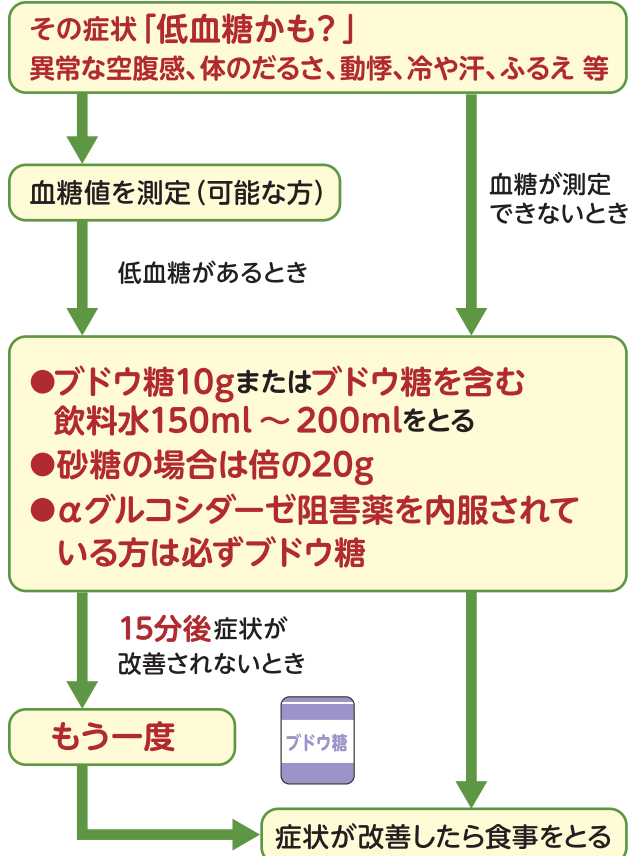
食事療法では毎日のちょっとした心がけが大切です



※「早食い」、「ドカ食い」
→食後過血糖で急激なインスリン分泌
→臓器の負担
→インスリンの分泌量減少、機能低下に繋がる

出典：国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター、糖尿病ネットワーク、ノボノルディスクファーマ株式会社 糖尿病サイト

低血糖が起きた時の対応



出典：国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター