

# 糖尿病とのつきあい方 ②

糖尿病のこと、どれくらいご存知ですか？ 実は自覚症状があまりない病気のため、糖尿病と強く疑われる場合でも、その半分以上は治療を受けていないのが現状といわれています。糖尿病の知識とつきあい方について、76号からの続きを説明します。

## 糖尿病の治療について

76号では、食事療法と運動療法について説明しました。今号では、薬物療法について詳しく説明します。

### 薬物療法

経口薬療法とインスリン療法に分けられます。患者さんの状態、合併症、薬剤の作用特性などを考慮して、医師が薬剤を選択します。

#### ① 経口薬療法

食事療法・運動療法を行って、それでもなお血糖コントロールが不十分であるときに開始します。薬は、インスリン分泌促進系、インスリン抵抗性改善系、食後高血糖改善系の3つに分類されます。

#### ② インスリン療法

インスリン自己注射は、1型糖尿病(原因は自己の免疫疾患など)のみでなく、2型糖尿病(肥満、運動不足などの生活習慣などによる)にも、治療手段として広く受け入れられています。患者さんにもっとも適した製剤と注射法の組

み合わせであれば、高い治療効果が期待できます。

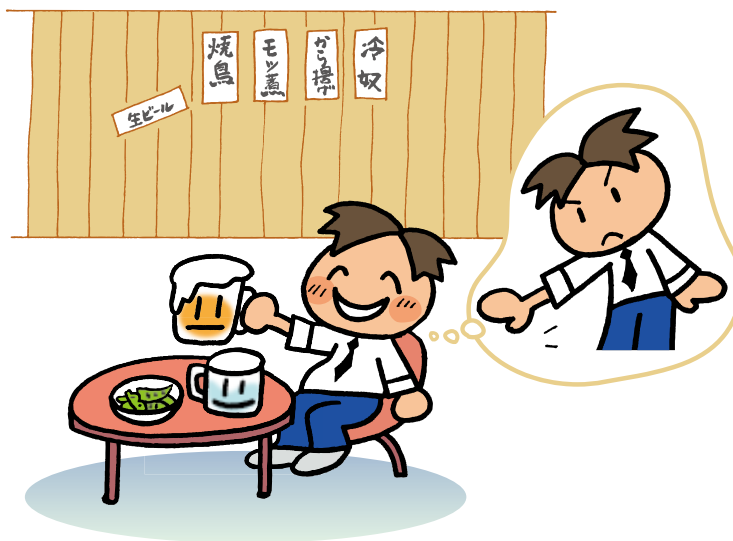
### ★よくある質問 Q&A★

**Q** なぜ、注射や飲み薬は毎日続ける必要があるの？

**A** お薬を続けることによって、血糖値を安定させるためです。76号で述べたような動脈硬化や慢性合併症(網膜症・腎症・神経障害など)への進展を抑制するために、毎日の血糖コントロールが必要になってくるからです。

**Q** 「食直前」と「食前」の服用方法の違いって？

**A** 「食前」とは普通「食事の30分くらい前」を、「食直前」とは「食事の10分前以内」と考えられます。食前と食直前のお薬の両方を服用しているときは、飲んでいるお薬の組み合わせにもよりますが、コンプライアンス(処方された薬を指示通りに服用すること)を考えると、食直前に服用時点をまとめるのがよ



ついでしよう。

**Q** 食前(食直前)のお薬を飲み忘れてしまった!!  
こんなときどうすればいい？

**A** 本来は、お薬を飲んでからご飯を食べてもらうという「患者さん自身の自覚」が一番大切ですが、ご飯を食べているときに気付いて、それからお薬を飲んで、種類によっては効果が目立たないものもあります。しかし、間違っても次回分にまとめてお薬を飲んだりしないようにしましょう。きちんとした効果が得られないばかりか、副作用が強くなる可能性があります。あらかじめ、主治医の先生か薬剤師に、飲み忘れたときはどのような対応をするべきか、確認しておくのがよい

でしょう。

また、日中外出していて、お昼の分を服用せずにその分だけが余っている、という患者さんもよくいらっしゃると思います。私はそのような方に、一包化(一緒に飲む薬を一つの分包紙にまとめること)を勧めています。「飲み間違っている」と言うのではなく、「この方がシートのままお薬を持ち歩かずにすむので、持ち運びに便利である」ということを説明しています。そのほかにも、患者さんがお薬を飲みやすくするにはどうすればいいのかを考えたアドバイスしていくのも、薬剤師の仕事として大切だと思います。

### お薬手帳を有効に使おう

旅行や出張時などに体調を崩

し、初めての医療機関にかかる

きにも、お薬手帳があれば、現地の医師に普段服用している薬の情報を伝えられ、適切な治療を受けることができます。特にインスリンの注射を行っている方など、毎日使うことが必要なお薬であればなおさらです。

お薬手帳は、ただ医療機関に提示するだけのものではなく、患者さんご自身が書き込むことで、治療や副作用防止にとっても役立ちます。例えば、お薬を飲んでいて「おなかをくだした」「倦怠感があった」「眠くなった」などの経過をメモしておくといでしょう。ご自身の健康管理の記録帳という感覚で、どんどんメモしていただいで結構です。お薬手帳のほかにも、「糖

### まとめ

糖尿病の治療は自己管理の部分が非常に大切です。自分になぜこの治療が必要なのか？なぜこのお薬を服用しているのか？をできるだけ理解していただきたいと思えます。わからないことは医師や薬剤師にどんどん質問し、納得して治療を続けていきましょう。

(あおば調剤薬局羽後店 大和聖)

## 基準薬局リスト

### 鹿角市

朝日屋薬局	☎0186-23-3031	☎23-7610
Aコープ・ナリタ薬局	☎0186-22-0028	☎22-1786
かつの調剤薬局	☎0186-30-0085	☎30-0086
金山薬局花輪店	☎0186-23-5626	☎30-1666
黒沢薬局	☎0186-35-3200	☎35-3990
ニシムラ薬局	☎0186-37-2027	☎37-3368
花輪調剤薬局	☎0186-30-0066	☎30-0060
村木薬局	☎0186-22-0372	☎22-0472
薬局高橋屋	☎0186-37-4700	☎37-4701
柳沢薬局	☎0186-23-7562	☎23-7585

### 鹿角郡

すみれ調剤薬局小坂店 ☎0186-29-5121 ☎29-5122

### 大館市

相原薬局	☎0186-42-0293	☎42-0338
カマヤ薬局	☎0186-42-0406	☎42-8406
タカハシ薬局	☎0186-42-0312	☎45-1300
タカハシ薬局三の丸支店	☎0186-49-2318	☎45-1301
タカハシ薬局末広店	☎0186-42-0525	☎45-1302
殿村薬局栄町店	☎0186-49-0915	☎49-1739
能登屋薬局	☎0186-42-2727	☎42-8747
ひない調剤薬局	☎0186-45-4203	☎45-4031
ひまわり調剤薬局	☎0186-42-4162	☎43-3331
ファミリー薬局	☎0186-42-8144	☎42-9232
ホテヤ調剤薬局	☎0186-43-6400	☎45-1188
ホテヤ薬局本店	☎0186-42-2425	☎45-1187
ホテヤ薬局いとく店	☎0186-49-1179	☎49-0129
ホテヤ薬局御成町店	☎0186-42-4123	☎43-5171
ホテヤ薬局観音堂店	☎0186-44-6155	☎44-6156

### 北秋田市

昭和堂薬局	☎0186-63-0300	☎63-0323
北秋調剤薬局	☎0186-63-2510	☎63-1904
米代薬局	☎0186-62-0120	☎63-2087



お薬手帳



基準薬局の看板

処方せん公文書の有効期限は  
処方日を含めて**4日間**です。

### 秋田県薬剤師会

秋田市千秋久保田町6-6 TEL.018-833-2334  
E-mail info@akiyaku.or.jp  
http://www.akiyaku.or.jp