

糖

尿病治療 ; 最近の動向

4 月 1 日より、2 年に一度改定される新しい診療報酬体系による保険診療が行われていますが、糖尿病をはじめとする生活習慣病の外来診療費用には大きな変化はありません。マスコミにより報じられているように、今回は主に病院での救急医療・外科手術・小児科医療・産科医療への診療報酬の値上げが行われました。患者さんに直接関係することとしては、診療内容明細書を発行することが医療機関に義務付けられました。当院も発行しますが、2、3 回ご覧いただければ十分ではないかと考える詳しすぎるレシートです。不要と判断された場合には、その旨をお伝え下さい。資源の無駄遣いにならないようにしたいと思います。

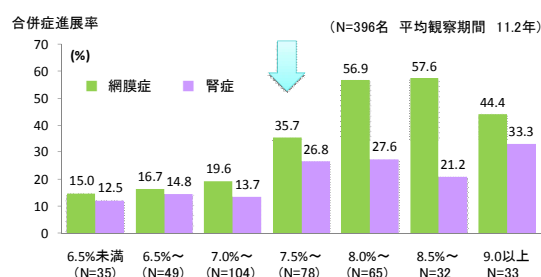
【GLP-1 関連薬】世界的な治療課題である糖尿病に対しては、色々な新薬が登場します。まずは、私が筑波大学で 1983 年頃より研究していた **グルカゴン様ペプチド(GLP-1)** が約 25 年間を経て日本においても糖尿病薬となりました。糖尿病の方の殆どは 2 型糖尿病ですが、2 型糖尿病は血糖を下げる働きをするインスリンを合成分泌する膵β細胞の加齢に伴う減少と血糖を上昇させるグルカゴンを合成分泌する膵α細胞の機能異常等により高血糖が生じます。GLP-1 は摂食直後に小腸より分泌されるホルモンで、**食後のインスリン分泌を刺激しグルカゴン分泌を抑える作用**があります。また、膵β細胞の加齢に伴う減少を抑える作用もあることより、2 型糖尿病の根本的な治療薬としても期待されています。薬としては小腸から分泌された後、急速に血液中で分解され、活性を失う GLP-1 の分解を抑える物質が作成されました(**DPP-IV 阻害薬**)。世界中の製薬会社が競ってこのような薬を創り、まだ臨床試験中のものもありますが、昨年 12 月にジャヌビア・グラクティブ(同じ薬だが、発売会社が 2 社ある)が保険診療薬として発売されました。欧米では既に 2 年程前より使われていますが、上記の **膵β細胞の老化を防ぐ** 2 型糖尿病の根本治療薬になるかが判るには 10 年以上の評価期間が必要かと考えます。

GLP-1 の化学構造を変えることで血中での分解を抑え、GLP-1 作用を十分に発揮させようという薬 (**GLP-1 誘導体**) も発売されます。GLP-1 誘導体はアミノ酸が 30 個程度結合した物質なので、インスリンと同様 **皮下注射** する必要がありますが、食欲を抑える作用もあり、膵β細胞の老化を DPP-IV 阻害薬以上に抑えることが期待されている薬です。しかし、いずれも薬価が高いという欠点がありますので、まずは他の治療方法で血糖コントロールが不十分な方から使用してみようと考えています。

また、当院でも臨床試験を行った 2 型糖尿病患者の食欲を抑え、体重減少をもたらす薬もそのうち発売される予定ですし、**尿糖を増やすことで血糖を下げ**、体重増加を抑える薬も世界的に開発が進んでいます(現在、当院でも臨床試験中)。これらの薬により、より多方面からの糖尿病治療が行えるようにはなりますが、**糖尿病治療の基本はやはり食事療法であり、これは今後も変わらない**のではないかと考えています。

【HbA1c による血糖コントロール評価基準の変化】血糖コントロールの指標である HbA1c(ヘモグロビン・エーワンシー)を同じ血液検体で測った場合、**日本の測定値は欧米の測定値より 0.4%低い**ことが判りました。国際学会での発表や HbA1c を使って糖尿病を診断しようという WHO の方針等を考慮し、これまでの日本の測定値から 0.4%差し引いた値で血糖コントロールを評価することになりました。これまでの HbA1c6.5%から糖尿病を疑うという基準も、6.1%に引き下げられます。国際的にも一般化している治療目標 7.0%以下も日本の測定値では 6.6%以下ということになります。私は当院通院患者さんのデータベース(CoDiC-MS)を用い、当院で 10 年以上継続治療している 2 型糖尿病患者さんの合併症(網膜症・腎症)は、通院中の HbA1c 平均値が 7.5%以上になると急に増えるということを既に報告しています(図 1)。この結果は世界基準では 7.9%となり、8.0%以上をレッドゾーンとする世界基準とも合致した結果と考えます。また、最近英国から発表された観察研究によると、2 型糖尿病患者の死亡率は観察期間中の平均 HbA1c が 7.5%程度の所が最少で、それより低くなればなる程、逆に高くなればなる程増えるとのことです(**U 字現象**)。これは日本の HbA1c にすれば 7.1%になります。治療中の HbA1c は正常値である 5.0%未満に近い程良いのは当然ですが、無理に HbA1c を下げようと薬を使いすぎることを戒める結果かと考えます。私もバランスを考えた処方方を心がけていますが、皆様方も食事療法・運動療法を励行し、HbA1c7.0%以下(出来れば 6.6%以下)を目指して下さい。(院長・川井統一)

(図1)通院中平均HbA1c別 網膜症・腎症進展率



した。
今回のテーマは「野菜をふんだんに使い身体が温まる中華料理」でした。春らしい暖かな日が差し込む調理室で計19名の方が参加してくださいました。メニューは、麻婆豆腐、バンサンシー、杏仁豆腐。中華料理は血糖値を上昇させやすい料理ですが、同時に野菜を多く摂れる料理でもあります。今回は糖質と脂質を落とし低カロリーの食材でボリュームを出した中華料理なので、普段から栄養指導で皆様にお伝えしていることが盛り込まれた実習となりました。特に、**片栗粉の代わりに刻んだナメコのねばりを利用した麻婆豆腐**は、低カロリーなのにボリュームもありとても好評でした。薬膳の講義では、身体を温める食材や冷やす食材、冬の寒さを乗り切る食品の選び方を学びました。薬膳は中国で生まれた食文化の一つで今回は薬膳の効果も学べる調理実習となりました。皆さんの手際が良かったこともあり進行がスムーズで、各班でゆったり楽しく歓談しながらの食事となりました。
(管理栄養士・岩浪干絵)

関

東甲信地区医学検査学会に参加して

「chance-challenge-change」をメインテーマに、多くの臨床検査技師が参加しました。

心電図の発表では、検査者によって波形が多少異なるという発表がありました。施設内はもちろん、施設外でも同じ検査結果を出すとういことはいつも頭にいれていることですが、心電図だけでなく生理検査では**特に検査者の手技が結果に関わる**ことが多くあります。当院では臨床検査技師が5人いますが、誰もが同じ検査結果をだせるようもう一度再確認し、よりよい検査を提供できるよう努めたいと思いました。

今回学会に参加することで、総合病院、クリニック、検査センターなど違った立場の臨床検査技師の意見も聞け、新しい検査の情報を知ることができ、とても勉強になりました。今後はこの知識を皆様の診療・検査に生かしていければと思います。(臨床検査技師・横瀬久美)



職

員入職のお知らせ

2010年4月1日から臨床検査技師・岩瀬弥生と受付担当事務・齋藤直美が入職しました。不慣れな点もあり、色々ご迷惑をおかけするかと思いますが、温かく見守って頂ければ幸いです。

栄

養相談室から-③ 自然治癒力について

例えば指を切ったとき、特別な処置を施さなくても血はそのうちに止まり、やがて傷がなくなります。それが「**自然治癒力**」です。自然治癒力は、傷だけでなく、糖尿病や高血圧などの慢性疾患においても、身体の不具合を治すために必要不可欠です。「処方された薬をちゃんと飲んでるから大丈夫」ではありません。薬(治療)はあくまで、外部から身体の内自然治癒力を活性化するためのものであり、いくら薬を飲んでいても内部の治癒力が足りなければ完全に健康にはなれないのです。

では自然治癒力を高めるにはどうすればよいでしょうか。一番大切なことは、やはり**適正なカロリー、バランスのとれた食事**をすることです。最近では、〇〇ダイエットなどと、単一食品のみを食べるダイエット法がよく紹介されていますが、それでは身体にとって必要な栄養素をまんべんなく摂取することはできません。「野菜」と一言で言っても、**種類によって含む栄養素は異なる**ので、様々な食品を食べるように心がけましょう。



また、脂質は、炭水化物やタンパク質と比べると1gあたりのカロリーが倍近く高いので、減量には、まず**油物を控えることが効果的**です。さらに、心血管疾患発症のリスクが高まる飽和脂肪酸を多く含む獣肉よりも、それを予防する働きがある不飽和脂肪酸を多く含む魚肉を摂取する割合を増やしましょう。主食も、ご飯ならそのまま食べられますが、パンにはついマーガリンやジャムなど、高カロリーのものを合わせてしまいがちなので、ご飯中心の食事にししましょう。

これらの食生活に加え、適度な運動と、十分な睡眠を取ることで、身体の内自然治癒力は高まり、より治療の効果が得られやすくなります。運動には最適な春になりましたので、間食のかわりに散歩に出てみてはいかがでしょうか。(管理栄養士・菅原歩美)

臨

時診療及び休診のお知らせ

5月の連休時対応は
2010年4月28日(水)

を臨時診療とし、4月29日(木)

から5月5日(水)までを休診とさせていただきます。

また、日本糖尿病学会年次学術集会(岡山)開催のため、

5月26日(水)を臨時診療とし、5月

29日(土)を休診とさせていただきます。

この前後の診療は混み合うことが予想されますので、早めの予約取得をお勧め致します。

