



糖尿病オープン教室ニュース 「雫-しずく-」 2023年6月号

蒸し暑い季節がやってまいりました。
今回は暑い時期に注意すべき糖尿病の薬の取り扱いについてお伝えします。

糖尿病とシックデイ

暑くなって食欲がなくなったり体調を崩されると**シックデイ**と呼ばれる状態になります。それにより血糖値が上がりすぎたり、下がりすぎたりするため食事量に併せてインスリンや飲み薬の調整などが必要です。かかりつけの医療機関に相談をしましょう。



シックデイ時の薬の対応

あくまで目安なので、実際の対処法は主治医の指示を守ってください。

1型糖尿病の場合

食事がとれなくてもインスリン注射を絶対に中止せず、中間型、持効型インスリンは、単位数を減らさずに継続します。超速効型、速効型インスリンは食事量に応じて単位数を調節します。血糖自己測定を数時間おきに行い、高血糖ならその程度に応じて短時間型インスリンを数単位程度ずつ追加することを繰り返し、血糖コントロールするという方法が一般的です。

2型糖尿病の場合

薬の種類ごとの目安を示します。

★スルホニル尿素薬(商品名：グリクラジド、グリメピリド など)

★速効型インスリン分泌促進薬(商品名：レパグリニドなど)

いつもどおりか、いつもよりやや少ないくらい食べられるなら、いつもと同じ量を服用します。半分程度しか食べられないのなら薬の量も半分にし、半分も食べられないなら薬は休薬します。

★DPP-4阻害薬(商品名：グラクティブ、トラゼンタ、エクアなど)

消化器症状(嘔吐、下痢)があるときや、食事を半分程度しか食べられなければ薬は休薬します。

★チアゾリジン薬(商品名：ピオグリタゾンなど)

食事を半分程度しか食べられなければ薬は休薬します。

★ビグアナイド薬(商品名：メトホルミンなど)

シックデイに伴う脱水により乳酸アシドーシスという副作用（胃腸症状、倦怠感など）が起こりやすくなる可能性があるため休薬します。

★SGLT2阻害薬(商品名：フォシーガなど)

シックデイに伴う脱水などを強めるように作用するので休薬します。また、中止後2～3日でも尿量の増加があるため脱水に注意が必要です。

★GLP-1受容体作動薬(商品名：ビクトーザ、トルリシティなど)

食欲を低下させ、消化管の運動を抑制するので休薬します。

★ α -グルコシダーゼ阻害薬(商品名：ボグリボース、ミグリトールなど)

下痢などのおなかの症状を強める可能性があるため休薬します。

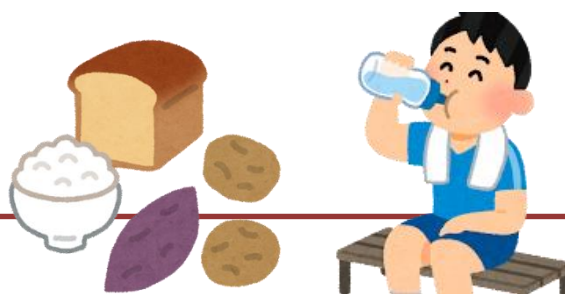
★ミトコンドリア機能改善薬（ツイミーグなど）

消化器症状が起こる可能性があるため休薬や減量が必要です。

★インスリン製剤

2型糖尿病でも普段インスリン療法をしているのであれば、インスリン注射を減量したり、中止したりすることがあります。

シックデイの時の過ごし方



基本的な対応は、体を安静にすることです。それによって体力の消耗を防ぎ、病気に対する抵抗力を保てます。さらに、食欲がなくても脱水を防ぐために水分を十分補給してください。また嘔吐や下痢が続く場合には塩分などの電解質が失われやすいので、その補給も必要です。

* 心臓病・腎臓病・高血圧の方は、水分・塩分の摂りすぎに注意が必要です。
適切な摂取方法について主治医と相談しておきましょう。
症状が続くようならかかりつけの病院へ連絡をして下さい。

～次回は2023年8月ごろの発行予定です～

発行：大阪府済生会茨木病院
糖尿病オープン教室ワーキンググループ