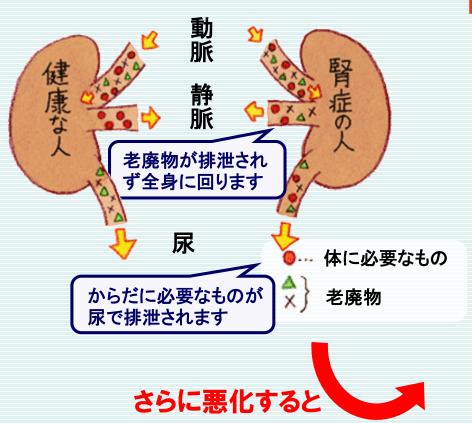
お薬は継続して飲み続けることが大切です

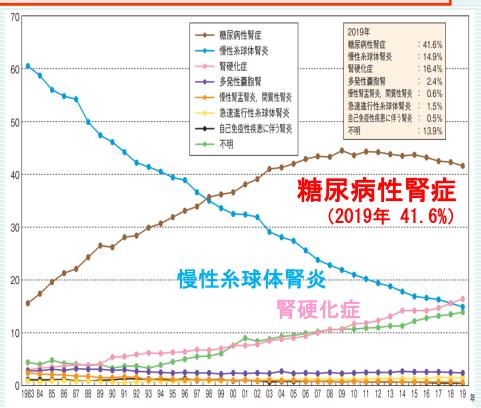
治療を怠ると・・・

糖尿病による腎症



①糖尿病性腎症

糖尿病性腎症は透析導入 の原疾患でトップです



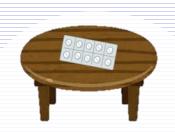
透析が必要になる場合があります

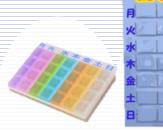
出典:糖尿病セミナー 株式会社三和化学研究所 わが国の慢性透析療法の現況,日本透析医学会

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

スマートフォンの利用



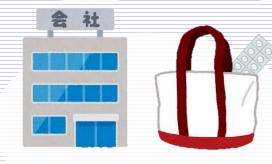






食卓に置いておく ピルケース 服薬カレンダー

アラームをセット 服薬管理アプリ

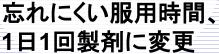


職場や鞄にも数回分を用意

②飲み忘れ

病院・薬局に相談







一包化

(公社)高知県薬剤師会(高知県委託事業) (R3.9月作成)

出典:国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター

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・食後の薬を飲ん で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・用法の変更の確認

③食事の時間



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※になると血糖コントロールが著しく困難になります

(※シックデイ:かぜや下痢、発熱などの感染症)

【例】

○経口薬 (ビグアナイド、SGLT2)

(インスリン分泌を促進する薬)

- ●GLP-1受容体作動薬
- ○インスリン製剤

どの程度加減するのか、具体的に主治医と決めておいてください

- ▶ 食事が摂取できない 場合は服用中止
- ▶ 食事の量に合わせて 加減する
- ► 吐き気などがなければ いつも通り注射する
- ▶血糖値をみながら 単位数を調整する



4シックディ

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.

自己中断すると自己負担額が高くなる場合があります

糖尿病のみ

糖尿病性腎症を合併した場合



受診+2剤服用

治療にかかる年間の

⑤自己負担額

受診+インスリン療法(1日4回)

- +腎臓の経口薬2剤
- +血糖自己測定(月60回以上)

(公社)高知県薬剤師会(高知県委託事業) (R3.9月作成) 出

出典:国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター

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 注入器に輪ゴムを巻く
- ③ 補助具を使用する



滑り止め具の一例

⑥注射剤の手技

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



識別シール (製剤ごとに色や形の ことなるもの)



臓別シール(凹凸の印が付いた シール)

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

ゆっくりよく噛 んで食べる

- ・満腹感で食べ過ぎを防ぐ
- 糖の吸収が穏やかになる
- →食後過血糖を防ぐ

腹八分目でストップ



Ж

野菜、食物繊維から食べる

夜遅く寝る前に 食べない

就寝中、高血糖状態が長く続く



バランスよく 食べる 三食規則正しく食べる

X

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

⑦食生活

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

「低血糖かも?」異常な空腹感、体のだるさ、動悸、冷や汗、ふるえ等

すぐに血糖値と症状の状況を確認

血糖値を測定(可能な方)

低血糖があるとき



血糖が測定 できないとき

- •ブドウ糖10gまたはブドウ糖を含む飲料水150ml~200mlをとる
- ・砂糖の場合は倍の20g
- -αグルコシダーゼ阻害薬を内服されている方は必ずブドウ糖

15分後症状が改善されないとき

もう一度(ブドウ糖10gまたはブドウ糖を含む飲料水150ml~200ml)



症状が改善したら食事をとる

8低血糖

(公社)高知県薬剤師会(高知県委託事業) (R3.9月作成)

出典:国立国際医療研究センター 糖尿病情報センター