

あたらしいお薬と
上手に治療を続けるために

SGLT2阻害薬の服用にあたって

医療機関連絡先

公益社団法人 日本糖尿病協会 検証済み



2017年3月作成
012570-C/JAD-P097(R1) 

監修:山口大学大学院医学系研究科 病態制御内科学分野
教授 谷澤 幸生 先生

目 次

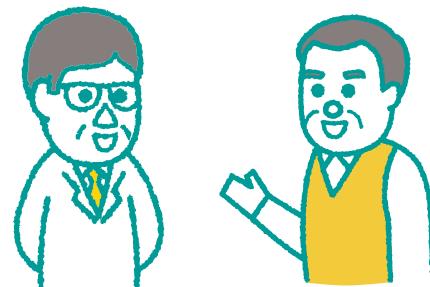
あたらしいお薬について	2
糖尿病とは	3
糖尿病を放っておくと	4
糖尿病の治療	5
服用の注意<低血糖>	9
服用の注意<脱水>	11
服用の注意<尿路感染症・性器感染症>	13
服用の注意<ケトアシドーシス>	15
服用の注意<皮膚の症状>	17
チェックリスト	20
ダイアリーの記入例	24
ダイアリー	25

あたらしいお薬について

今日からSGLT2阻害薬という
お薬で治療しましょう。



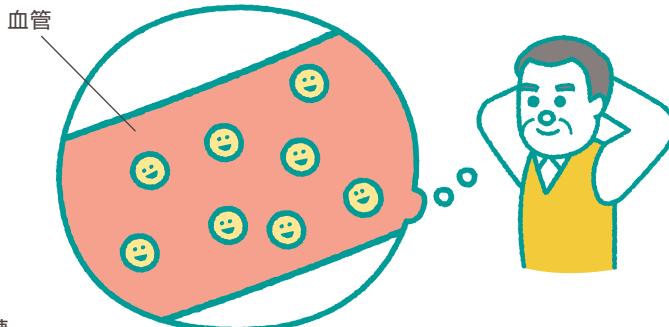
そう、あたらしいお薬です。
いっしょにお薬の理解を深めましょう。



糖尿病とは

正常な状態

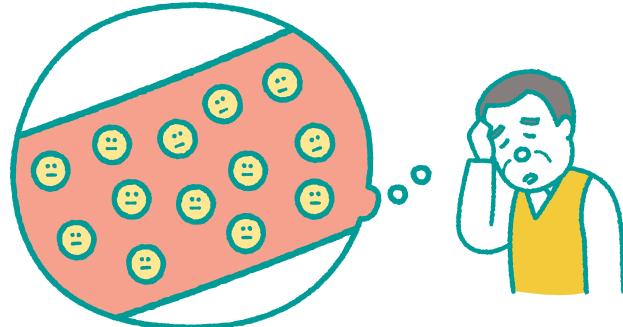
正常な状態では、インスリン等のホルモンの作用が血液内の糖の量を一定に保ちます。



ブドウ糖

糖尿病

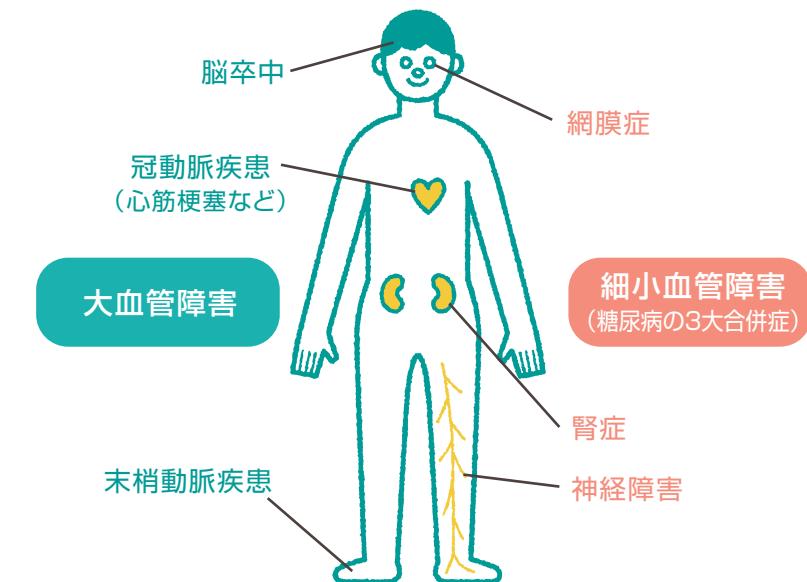
糖尿病は血液中に余分な糖がたくさんある状態です。



ブドウ糖

糖尿病を放っておくと

2型糖尿病は、放っておくと様々な合併症を引き起こし、日常生活に支障をきたす可能性があります。



これらの合併症を予防するために、早くから治療を開始することが大切です。

糖尿病の治療の基本は、 食事療法と運動療法です

主治医と相談して、適切なアドバイスを受けながらバランス

のよい栄養摂取を心掛け、適度な運動を行いましょう。

食事療法



空腹感が強いときには

- 毎食よく噛んでゆっくり食べましょう
- どうしても空腹感が強いときは、野菜スティックなどの糖分をおさえたものを取りましょう

運動療法



それでも血糖値が
下がらないときは
お薬による治療をはじめます。



SGLT2阻害薬は、余分な糖を尿と一緒に体から出して血糖値を下げるお薬です



この薬の服用で起きる体の変化

〈薬の影響〉

糖を尿中に出す



〈体の変化〉

- 血糖値の低下
- 体重の減少

尿量が増える



- 血圧の低下

SGLT2阻害薬の服用により
下記のような症状が生じる可能性があります
もしこのような症状があらわれたら医師にご相談ください。



次のページから解説します。

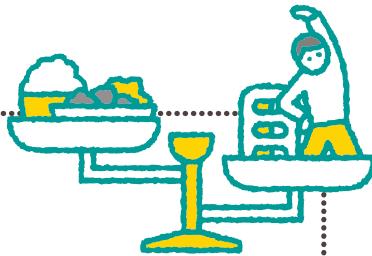


低血糖

食事をとると血糖値は上がり、運動や薬による治療で血糖値は下がります。低血糖とはそのバランスが崩れ、血糖値が下がりすぎてしまった状態です。

こんなときは要注意

- 食事が遅れた、
食事量が少ない
- 過度の運動・飲酒
- 複数の糖尿病治療薬を飲んでいる



低血糖にはこんな症状があります



- 空腹感
 - 動悸
 - 脱力感
 - めまい
 - ふらつき
 - 頭痛
 - 冷や汗
 - 手足のふるえ
- など

普段の生活で気をつけたいこと

- ブドウ糖やあめ(糖質を含むもの)を持ち歩く

症状があらわれたら?

症状があらわれたら、まずは糖分※
(ブドウ糖や砂糖)をとることが重要です。

※ α -グルコシダーゼ阻害薬を服用している場合は、砂糖ではなく
ブドウ糖を取るようにしてください。



ブドウ糖



砂糖



清涼飲料水
(糖質を含むもの)

など

症状の回復がみられない場合には
ただちに医師に相談しましょう。

脱水

SGLT2阻害薬の服用に伴い、尿の量が増え脱水症状を起こすことがあります。

脱水にはこんな症状があります



- のどの渴き
- だるさ
- 尿量の減少
- めまい など

ポイント!

脱水になんでも症状を自覚しにくいこともあるので、日ごろから水分補給を心がけましょう。

普段の生活で 気をつけたいこと

- こまめに水分をとる

たとえば…

朝(起床後)、トイレの後、入浴前後



- 気温が高い時期にはのどが渴いていなくても
早めの水分補給を心がける

水分補給はお水やむぎ茶などを飲みましょう。

糖分が含まれているジュースや、

利尿をうながすカフェインが入った緑茶、コーヒーや
アルコールなどは水分補給には向きません。

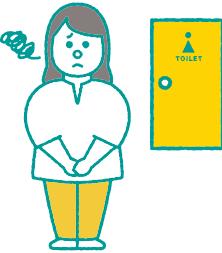
尿路感染症・性器感染症

SGLT2阻害薬は糖を尿として体から出すため、膀胱炎や陰部の感染症にかかりやすくなります。

尿路感染症にはこんな症状があります

- トイレが近い
 - 発熱
 - 排尿時の痛み
 - 腰や背中の痛み
 - 残尿感がある
- など

性器感染症にはこんな症状があります

- 
- 陰部のかゆみ、痛み、ただれ(男女共通)
 - おりものの色やにおいの変化(女性の場合) など

ポイント!

特に女性は元々、尿路・性器感染症にかかりやすいため注意が必要です。

普段の生活で気をつけたいこと

- トイレを我慢しない
- トイレのあとは前から後ろにふく
- 十分に水分をとる
- 清潔を心がける(シャワー、入浴など)

症状があらわれたら?

20ページの
チェックリストに
記入して医師に
渡しましょう。



ケトアシドーシス

SGLT2阻害薬の服用に伴い、血液中のケトン体が過剰に増え、血液が酸性に傾いて、体に異常を起こすことがあります。

こんなときは要注意

- 最近インスリン製剤の減量や中止を行った
- 過度な糖質制限を行っている
- 食事の量が減っている
- 感染症がある

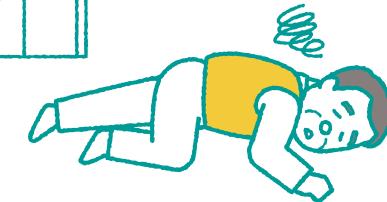
ケトアシドーシスには
こんな症状があります

- | | |
|--------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 嘔吐、恶心 | <input type="checkbox"/> 意識障害 |
| <input type="checkbox"/> 腹痛 | <input type="checkbox"/> 呼吸困難 |
| | など |



普段の生活で気をつけたいこと

- 糖質制限は医師に相談しながら行う
- 清涼飲料水での水分補給は血糖コントロールの悪化につながるので、避けるようにする



ポイント!

ただちに医療機関に連絡しましょう。

皮膚の症状

SGLT2阻害薬の服用に伴い、皮膚の症状が全身にみられることがあります。



- 赤み
- しつしん
- かゆみ など

症状があらわれたら？

皮膚に赤みや
しつしんなどの
症状があらわれたら
医師に
相談しましょう。



かぜなどの病気のときは… (シックデイ)

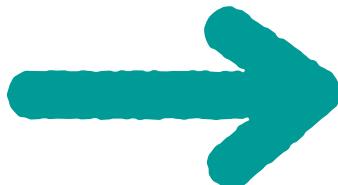
かぜのときや食欲不振で食事が
十分にとれないときは
血糖値が不安定になり、脱水に
なることがあります。
そのときは、薬を減らしたり、
一時的に止めたりする必要がある
場合があります。



ポイント!

食事や水分が取れない場合が続く際は、
SGLT2阻害薬の服用を中止し、
医師に相談しましょう。
水分もしっかり取りましょう。

SGLT2阻害薬を服用中に
気になることがあったときは、
あてはまる症状があるか
チェックリストでチェックして
みましょう



チェックリストは切り離して渡せます。
医師に症状を伝えるときや相談するときに
お役立てください。

キリトリ
線

チェックリスト

- 空腹感 脱力感
- 動悸がする めまいがする
- 頭痛がする ふらつく
- 冷や汗がでる 手足のふるえ

低血糖

- のどの渴き、口の中の渴き
- だるい、ふらつく、めまい、食欲がない
- 尿の量が減った、色が濃い

脱水症状

- トイレが近い 排尿時に痛み
- 残尿感がある 尿がにごっている

尿路感染症

- 陰部のかゆみや痛み 陰部のただれ

性器感染症

- おりものの量が増えた
- おりものの色が変わった、
においが強くなった

ケトアシドーシス

- 嘔吐、恶心 意識障害
- 腹痛 呼吸困難

皮膚の症状

- 赤み しつしん、
かゆみがある ただれがある

医療関係者のみなさまへ

こちらの患者さんは
糖尿病治療薬のSGLT2阻害薬を服用中です。
薬剤による副作用が疑われますので、
症状に応じた適切な診療科にご案内ください。

キリトリ
リ線

治療は継続が大切です

糖尿病の薬物治療は、
食事療法と運動療法とあわせて
続けていくことが大切です。
気になることがあれば
医師に相談しましょう。



そして、治療を続けるためには検査値や
体重を記録することで治療の手ごたえや
達成感を感じることも重要です。

次のページからあなたの毎日の数値を
記録していきましょう。



今あなたの数値と目標値を書いてみましょう

今あなた 月 日

HbA1c %

体重 kg

6ヵ月後の人あなた 月 日

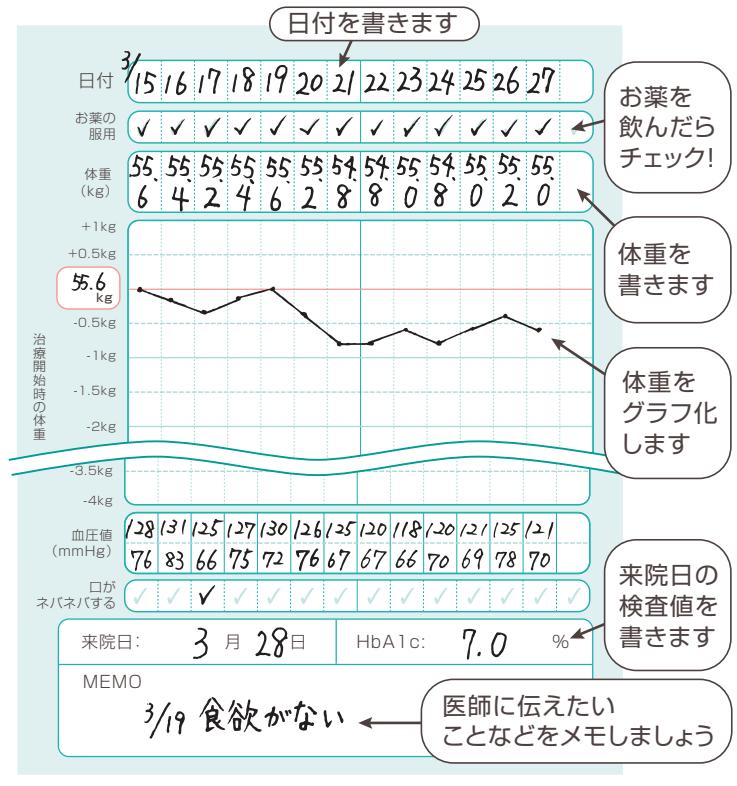
HbA1c %

目標値: % 実測値: %

体重 kg

目標値: kg 実測値: kg

ダイアリーの記入例



ダイアリーに記録を続けて糖尿病と上手につきあっていきましょう。



ダイアリー：1ヵ月目

日付												
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>											
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
kg												
治療開始時の体重												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>											
来院日： 月 日	HbA1c:	%										
MEMO												

日付												
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>											
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
kg												
治療開始時の体重												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>											
来院日： 月 日	HbA1c:	%										
MEMO												

ダイアリー: 2ヵ月目

日付																
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>															
体重(kg)																
+1kg																
+0.5kg																
治療開始時の体重 kg																
-0.5kg																
-1kg																
-1.5kg																
-2kg																
-2.5kg																
-3kg																
-3.5kg																
-4kg																
血圧値(mmHg)																
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>															
来院日: 月 日			HbA1c:			%										
MEMO																

日付																
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>															
体重(kg)																
+1kg																
+0.5kg																
治療開始時の体重 kg																
-0.5kg																
-1kg																
-1.5kg																
-2kg																
-2.5kg																
-3kg																
-3.5kg																
-4kg																
血圧値(mmHg)																
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>															
来院日: 月 日			HbA1c:			%										
MEMO																

ダイアリー:3ヵ月目

日付												
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>											
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
治療開始時の体重												
kg												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>											
来院日: 月 日	HbA1c: %											
MEMO												

日付												
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>											
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
治療開始時の体重												
kg												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>											
来院日: 月 日	HbA1c: %											
MEMO												

ダイアリー: 4ヵ月目

日付												
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>											
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
治療開始時の体重												
kg												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>											
来院日: 月 日	HbA1c: %											
MEMO												

日付												
お薬の服用	<input checked="" type="checkbox"/>											
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
治療開始時の体重												
kg												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	<input checked="" type="checkbox"/>											
来院日: 月 日	HbA1c: %											
MEMO												

ダイアリー: 5ヵ月目

日付															
お薬の服用	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
体重(kg)															
+1kg															
+0.5kg															
治療開始時の体重 kg															
-0.5kg															
-1kg															
-1.5kg															
-2kg															
-2.5kg															
-3kg															
-3.5kg															
-4kg															
血圧値(mmHg)															
口がネバネバする	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
来院日: 月 日	HbA1c:					%									
MEMO															

日付															
お薬の服用	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
体重(kg)															
+1kg															
+0.5kg															
治療開始時の体重 kg															
-0.5kg															
-1kg															
-1.5kg															
-2kg															
-2.5kg															
-3kg															
-3.5kg															
-4kg															
血圧値(mmHg)															
口がネバネバする	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
来院日: 月 日	HbA1c:					%									
MEMO															

ダイアリー: 6ヵ月目

日付												
お薬の服用	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
治療開始時の体重												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
来院日: 月 日				HbA1c:	%							
MEMO												

日付												
お薬の服用	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
体重(kg)												
+1kg												
+0.5kg												
kg												
-0.5kg												
-1kg												
-1.5kg												
-2kg												
-2.5kg												
-3kg												
-3.5kg												
-4kg												
治療開始時の体重												
血圧値(mmHg)												
口がネバネバする	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
来院日: 月 日				HbA1c:	%							
MEMO												

MEMO