

## インフルエンザが流行しています

この冬は12月初めあたりから何回も寒波がやってきて早くから寒さを実感させられます。長泉町でも元日に雪が舞う寒さになりました。インフルエンザウイルスも猛威をふるっています。手洗いなどの感染予防に留意してください。ワクチン接種がまだの方は今からでもうけておきましょう。



## 糖尿病内服治療薬の進歩

糖尿病治療に食事、運動療法が基本として重要であることは論を俟たないのですが、薬物治療が必要であることも事実です。血糖を下げるホルモン、インスリンを分泌させる（出させる）スルホニル尿素剤、肝臓からのブドウ糖の放出を抑えるビッグアナイド剤は以前より使われていましたが、ここ20数年で、次々に新しい薬剤が開発され使われるようになってきました。年代順に列記すると、糖質の吸収を遅らせる $\alpha$ グルコシダーゼ阻害剤、短時間のインスリンの分泌を刺激するグリニド剤、インスリンの感受性（効き方）を改善するチアゾリジン、インスリンの分泌を血糖値なりに増幅し、血糖を上げるグルカゴンの分泌を抑えるインクレチン製剤、さらに腎臓からのブドウ糖の吸収を抑えるSGLT2阻害剤です。また、ビッグアナイド剤が再評価され欧米では第一選択剤となっています。現在は作用機序の異なる薬剤を組み合わせる使用することが多くなってきております。インクレチン製剤とビッグアナイド剤により、低血糖のリスクがほとんどなく血糖値がコントロール可能な場合もあります。

## 食事療法の意識を頭の隅に残す

診察室で、患者さんが「今回は（血糖値が）悪いと思います」といわれることがあります。聞いてみると、旅行に行ってお腹が空いのでとか、忘年会が続いたのでとか等々理由を言われるのですが、長年の経験でいうと、こういう場合、（例外はありますが）血糖値は悪くなっていないことも多いです。「今回は悪いと思います」といわれること自体、裏返すと普段から食べ過ぎちゃいかんなどという意識があり、そういう機会があってもどこかで抑制がかかっているのだらうと解釈しております。普段から食事のことを意識されるといいと思います。

## 糖尿病の薬の話 (10) 持効型インスリンアナログ

効き目のピークがなく平坦な長く安定した作用をもつインスリンを持効型インスリンといいます。これまでランタス（インスリングルルギン）、レベミル（インスリンデテミル）というようなインスリンがつくられており、ランタスは24時間近い作用を有しています。最近使用できるようになったトレシーバ（インスリンデグルデック）はさらに約48時間続く安定した平坦なピークのない作用を有しています。長い作用時間を持つインスリンですので注射のタイミングが1日の時間帯で少々ずれてもほとんどインスリン自体の効きに影響がでないという利点もあります。

## 編集後記

今回のイラストは夜明け前のアンコール・ワットです。洋の東西を問わず巨大な建造物には圧倒されます。ここから少し離れたところにバイヨン寺院と王宮の遺跡、その近くに象のテラス、癩王のテラスという石段のテラスがあります。王族が凱旋した将兵を閲兵したテラスだそうです。訪れたときは只々暑かったですが、三島由紀夫は「癩王のテラス」という戯曲を残しています。帯書きによると“死は月と銀、生は太陽と金。若き英雄王が永久不朽の肉体の化身となる絢爛たるロマン”といかにも三島らしい戯曲です。