



糖尿病の未来にむけて

サノフィ・アベンティスは
糖尿病の予防と治療に貢献しています。



サノフィ・アベンティス 糖尿病関連医療機器サポートダイヤル

操作方法を24時間365日サポート

オペコール24
☎ 0120-49-7010
ヨクナレ糖

サノフィ・アベンティス株式会社

GXX054C JP.GNL.11.06.01

アピドラを注射される方へ

監修：内 瀧 安 子 先生（東京女子医科大学糖尿病センター センター長）



HbA1c Control
糖尿病の未来にむけて

2011年6月作成

サノフィ・アベンティス株式会社

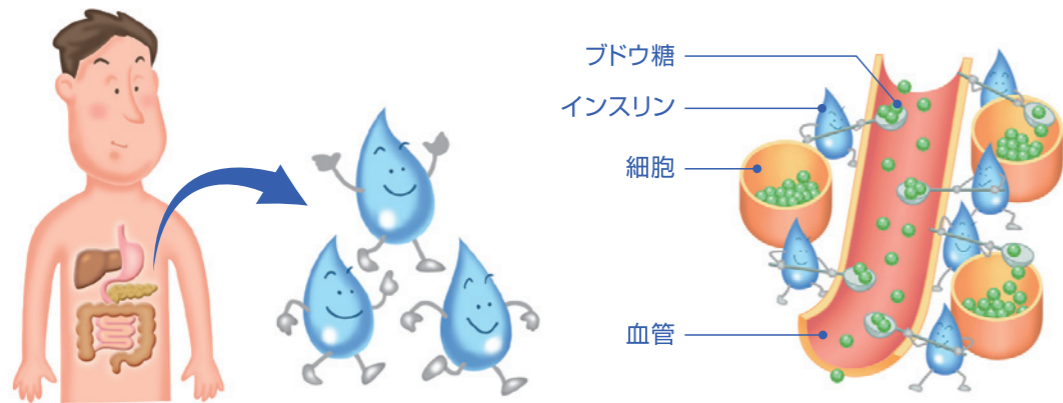
sanofi aventis
Because health matters

インスリン分泌と血糖値について

膵臓から分泌される“インスリン”の働きによって、からだの中の血糖値が正常に保たれるしくみになっています。

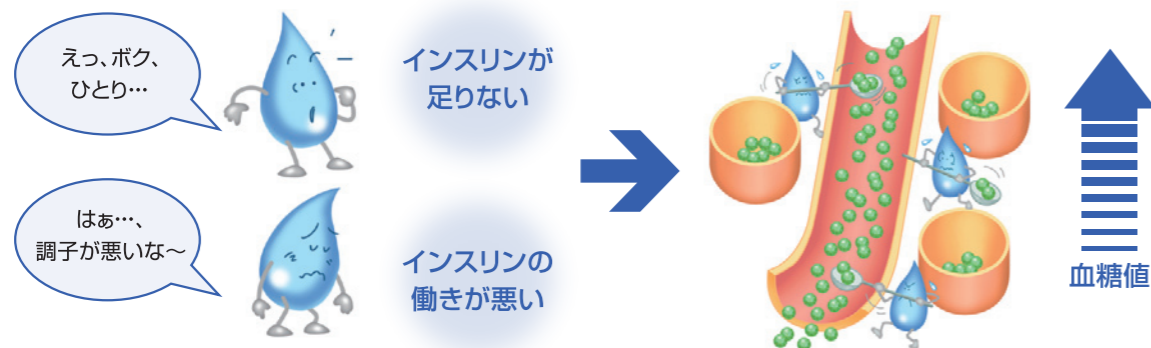
インスリンの働き

すい臓にはランゲルハンス島という細胞のあつまりがあります。インスリンはその中のβ細胞でつくられ分泌されます。インスリンが必要な分だけ生産され、かつインスリンの働きが正常であるとき、血糖値を十分に下げることができます。



糖尿病患者さんのインスリン不足

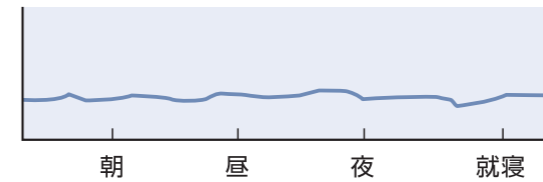
糖尿病患者さんは、インスリン分泌が低下していたり、インスリンの働きが悪くなっているために、血糖値を下げることができず、血糖値が高い状態になっています。



正常なインスリン分泌には「基礎インスリン」と「追加インスリン」があり、この二つによって血糖値が調整されています。

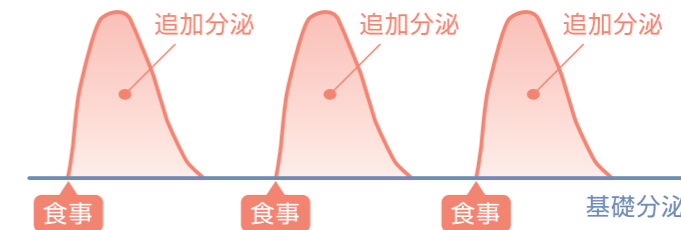
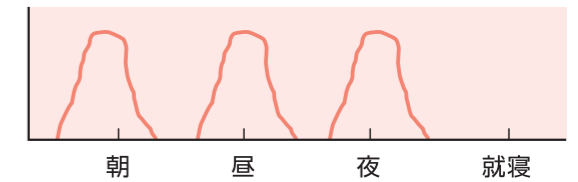
基礎インスリン

基礎インスリンは微量ですが、24時間ずっと分泌され続けているインスリンです。



追加インスリン

追加インスリンは食事による血糖値の上昇に伴って分泌されるインスリンです。



糖尿病患者さんは、インスリン分泌が低下しているため、「どうにかして」健康な方が本来もっている生理的なインスリン分泌状態に近づける必要があります。

右のグラフから分かるように、血糖コントロールが悪くなると、血糖値は高くなっています。そして、血糖値が高いまま放置すると、血管が固くなったり、詰まったりして、動脈硬化や心筋梗塞、神経障害などの合併症につながります。

血糖値(mg/dL)

朝食 昼食 夕食

- HbA1c=10.5%
- HbA1c=7.8%
- - - HbA1c=6.5%
- HbA1c=5.0%

HbA1cはJDS値で記載。

強化インスリン療法とは？

強化インスリン療法は、食事・運動療法に加え、インスリン製剤をいろいろに組み合わせ、可能な限り血糖値を正常に近づけるための治療法です。

1型糖尿病と2型糖尿病の違い

1型糖尿病

β細胞が壊れてインスリンが分泌できなくなるのが1型糖尿病です。子どもや若い人に多いのですが、大人や高齢者にも起こります。



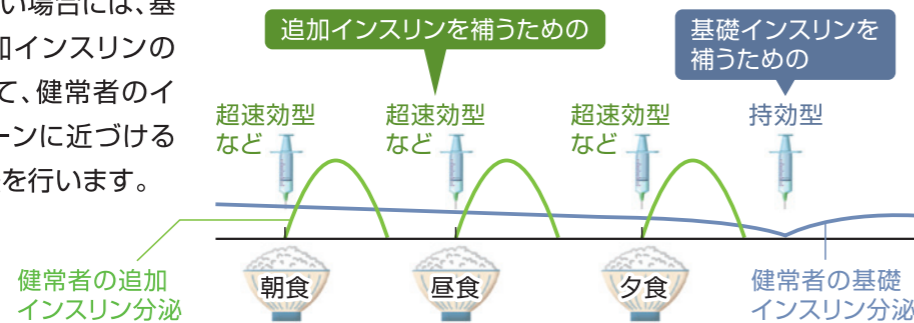
2型糖尿病

β細胞からインスリンは分泌されているものの、量が十分でなかったり、インスリンの働きが悪い状態になっているのが2型糖尿病です。成人に多い糖尿病です。



強化インスリン療法によるインスリン注射

2型糖尿病で、比較的軽い状態のときは経口薬や基礎インスリンによって血糖コントロールを行います。しかし、インスリンの分泌が全くない1型糖尿病や、上記のような方法でもなかなか血糖コントロールが改善しない場合には、基礎インスリンと追加インスリンの両方を組み合わせて、健常者のインスリン分泌パターンに近づける強化インスリン療法を行います。



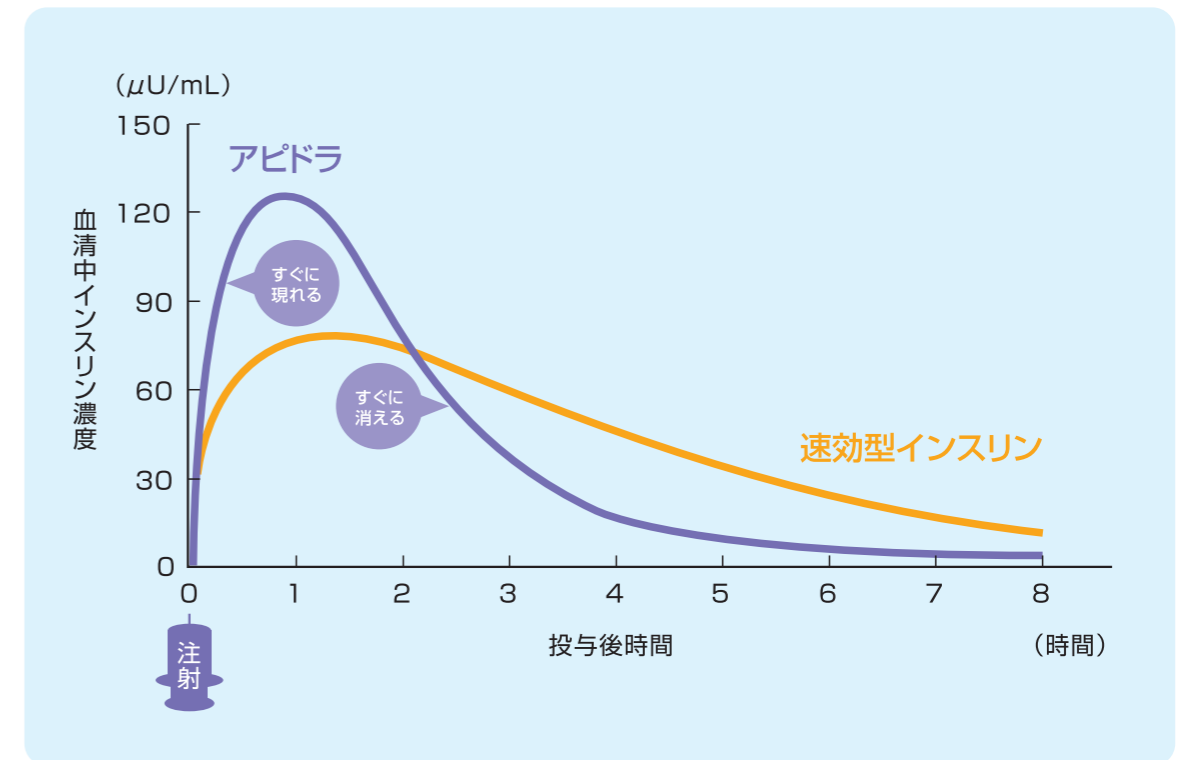
食事の後に、どのように血糖値が高くなるのか、あらかじめ知っておくことが重要です。その血糖値の上がり具合にあわせてインスリン注射をしていくこと(血糖上昇のカーブとインスリンの血糖降下カーブをシンクロナイズさせること)が、よりよい血糖コントロールにつながります。

アピドラってどことなくすり？

追加インスリンの1つであるアピドラは「超速効型インスリン製剤」に分類され、効果が現れるのが速く、消失も速いという特徴があります。

アピドラの特徴

注射後すぐに吸収され、その後、消失も速いため、食後の急速な血糖値の上昇を抑えます。

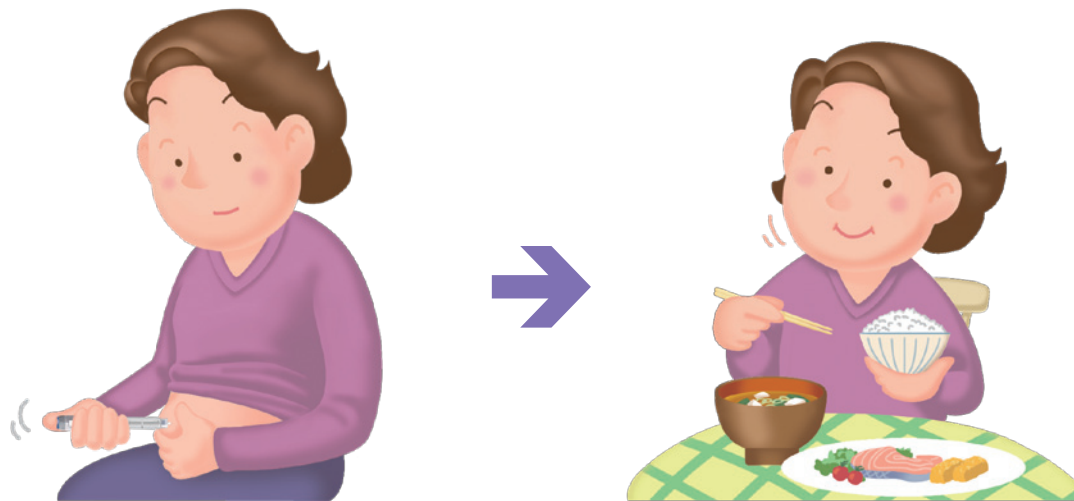


アピドラを注射するときの注意点

1 アピドラの「注射のタイミング」について

アピドラの注射のタイミング

アピドラは「食事の直前」に注射してください。



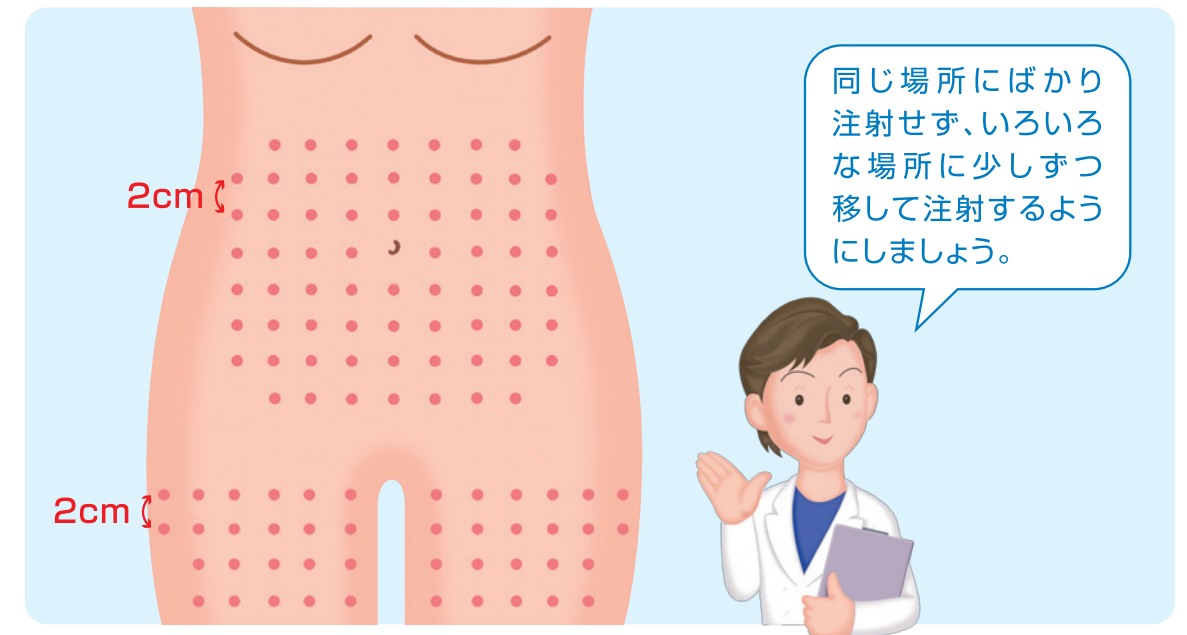
注射をうってから…

食事をする

2 アピドラの「注射の注射部位」について

アピドラの注射部位

アピドラは、おなか、うで、おしり、太ももなどの皮下に注射します（皮下注射）。あらかじめ主治医と相談しておきましょう。



3

「アピドラへの切り替え」、「他のインスリンとの併用」、「保管方法」について

他のインスリンからアピドラへ切り替える場合

- 速効型インスリンから超速効型インスリンのアピドラへ切り替える場合は、注射してから効果が現れるまでの時間が異なるため、注射のタイミングについて十分に注意してください。
- 注射する量、注射の時間については主治医の指示に従ってください。

他のインスリンとアピドラを併用する場合

- インスリン製剤によって注射する量や注射のタイミングが異なります。アピドラの注射のタイミングや注射の量と間違えないように十分にご注意ください。
- 併用するインスリンとアピドラの注射の量や注射のタイミングについては、主治医の指示に従ってください。

アピドラの保管方法

使用中のアピドラは光を避けて涼しいところで保管してください。

未使用のアピドラは、冷蔵庫で保管してください。冷凍庫など凍結する危険性のあるところには保管しないでください。

- 凍結した場合は使用しないでください。
- 冷蔵庫内の温度管理に気を付けてください。
- 保管場所は冷蔵庫のドアポケットなど、冷気に直接触れないところに置いてください。



低血糖について

アピドラ投与後に「低血糖」が認められることがありますので、注意してください。

低血糖とは？

のみ薬やインスリン注射が効きすぎて、血糖値が正常範囲以下に下がることを低血糖といいます。

低血糖が起こる原因

- 食事の量がいつもより少ない、食事の時間が大幅に遅れた。
- 運動量が多すぎる、激しい運動をした。
- インスリン注射の量が多すぎた。

低血糖の主な症状



低血糖症状が起こる血糖値には個人差があります。自分の場合は、どんな症状が現れると低血糖のサインかを知っておくことが大切です。

血糖値	症状
50mg/dL	強い空腹感、だるさ
	冷や汗、皮膚蒼白
	動悸が激しくなる
	頭痛、悪心
	吐き気、目のかすみ
	集中力の低下、意識障害
30mg/dL	けいれん、昏睡

低血糖の対処方法

- すぐに、砂糖や糖分の多いオレンジジュースなどで砂糖20グラム程度の糖分を摂れば回復します。糖分を摂っても回復しないときは、すぐに医師に連絡して症状をつたえましょう。
- 車を運転しているときは、すぐに車をとめて対処してください。



シックデイについて

シックデイとは？

発熱や下痢、吐き気、怪我などで横になっていたいなと思うような体調不調の時を「シックデイ」といいます。

ご飯が食べられなくても血糖値が上がりやすいことを覚えておきましょう。

Q. シックデイで食べられない時、インスリン注射は止めていいですか？

A. 自己判断でインスリン注射を中止しないでください。シックデイの対処を知らない時は、測定した血糖値をもとに、医師に相談してください。

Q. 血糖値がどのくらいになったら受診が必要ですか？

A. 吐き下しが続く時、食事や水分も全く取れなくなった時、だんだん状況が悪化すると思った時、血糖値が300mg/dL以上で下がらない時は受診してください。

参考

シックデイの他にも、朝寝坊などで朝食が食べられなかったときなどの対応についても知っておきましょう！

アピドラのような追加インスリンを使用している時に、朝食前インスリン注射をしなければ血糖が上昇してしまいます。朝寝坊したときや、昼食・夕食が遅くなる時の対処の仕方を、医師とあらかじめ相談しておきましょう。

朝寝坊したとき…

.....
.....
.....
.....

昼食が遅くなったら…

.....
.....
.....
.....

夕食が遅くなったら…

.....
.....
.....
.....

あなたの糖尿病治療について

血糖コントロールの状況

アピドラ治療前のHbA1cは _____ %でした。

血糖コントロールの目標HbA1cは _____ %です。

のみ薬

_____ を朝・昼・夕に _____錠、飲みます。

_____ を朝・昼・夕に _____錠、飲みます。

_____ を朝・昼・夕に _____錠、飲みます。

_____ を朝・昼・夕に _____錠、飲みます。

インスリン注射

	朝	昼	夜	就寝
アピドラ	食直前 _____ 単位	食直前 _____ 単位	食直前 _____ 単位	
基礎インスリン	_____ 単位	_____ 単位	_____ 単位	_____ 単位