



# 田上心リハだより

## 糖尿病とその治療について

**糖尿病**は、血糖（血液中のブドウ糖）が高い状態が続く病気です。適切な治療により、長期的な合併症を予防、健康的な生活を送ることができます。

治療には大きく分けて **生活習慣の改善**、**内服薬**、**注射薬**（インスリンや新しい薬）があります。今回は内服薬と注射、心不全との関連性に焦点を当ててお話しします。

■ **内服薬**：代表的な内服薬には以下があります。

### メトホルミン

安価で多くの人が内服しています。インスリン抵抗性糖尿病(肥満傾向)に効果があります。

### SGLT2阻害薬

尿に糖を排出させて血糖を下げる薬です。

体重減少や心不全や腎臓病にも効果があり、急激に内服する患者様が增加しています。

### DPP-4阻害薬

食後に分泌するホルモンの働きを助け、インスリン分泌を促進し血糖の急上昇を抑えます。



### ■ インスリン製剤

体内で作られるインスリンが不足している場合に使用します。

①**食事に合わせて速やかに効くタイプ** ②**一日を通して安定して効くタイプ** ③**混合タイプ**

患者様の状態に合わせて上記から選択して使用します

また、**最近になり使用されるようになったアウイクリ（持効型インスリン）**は週1回の注射で効果が持続します。特に一人暮らしの高齢の方でインスリン管理が困難な方に勧めています。



### ■ 新しい注射薬

近年、GLP-1受容体作動薬 という薬が広く使われるようになりました。

**マンジャロ（チルゼパチド）**：GLP-1とGIPという2つのホルモンに作用する新しいタイプの薬。強い血糖降下作用に加え、体重減少効果も報告されています。体重の6～8%程度の体重減少効果が期待できるため若年で肥満の方には勧めています、高齢でやせ型の方には不具合が多くみられるため勧めていません。

### ■ SGLT2阻害薬と心不全

SGLT2阻害薬は、血糖を下げるため主に糖尿病の治療に効果をもたらせていましたが、心臓の負担を減らす効果があることが大規模な研究で明らかになりました。尿中のナトリウムの排泄促進効果などあるため糖尿病の有無に関わらず、心不全の治療薬としても使われるようになっていきます。当院でも積極的に使用しています。

### まとめ

糖尿病の治療は大きく進歩しており、血糖コントロールに加えて「**心臓や腎臓を守る**」ことも可能になってきました。

治療薬の選択は患者さん一人ひとりに合わせて行われますので、患者様の高齢化に伴い当院では、

**低血糖を起こさない・体重を増やさない・食前血糖を下げる**

この**3本柱**を念頭に極力多剤での治療を避ける治療を心掛けています。



理事長：田上 貴一



医療法人 社団 大玄会

田上心臓リハビリテーション病院  
TANOUÉ CARDIAC REHABILITATION HOSPITAL

〒860-0842

熊本市中央区南千反畑町10-3

TEL:096-354-5885 FAX:096-354-5889

病院HP:tanoue-heart-reha.com



# 各部署からのお知らせ

## 院外での活動について

### ○市民公開講座に参加しました

現在、県内の心臓リハビリテーション普及のために活動している、熊本県心臓リハビリテーション推進協議会に当院職員もメンバーの一員として活動しています。先日開催されたイベントにも看護師と理学療法士が参加しました。

#### 市民公開講座

心臓病になっても安心して暮らすために ～市民のための心臓リハビリ講座～

日時：令和7年9月7日 日曜日 14時～16時  
場所：熊本大学病院敷地内 くすのきテラス3階大会議室  
主催：熊本県心臓リハビリテーション推進協議会

今回の市民公開講座には、イベント運営部として企画・運営に携わらせていただきました。多くの方にご参加いただき、心臓リハビリテーションへの関心の高まりを感じることができました。ご協力くださった関係者の皆さま、そしてご来場の皆さまに心より感謝申し上げます。



### ○心臓リハビリテーション学会参加・発表を行いました

#### 第31回日本心臓リハビリテーション学会学術集会

開催日：令和7年7月19.20日

場所：ポートメッセ名古屋（愛知県）にて当院職員が演題発表(ポスター)を行いました。

#### 演題

「手術待機の重症大動脈弁狭窄患者に対する当院における心臓リハビリテーションの現状」

演者：那須信久（理学療法士）



#### 演題

「維持期リハビリテーションの患者に対しCPXと外来リハビリテーションによる運動指導が効果的であった一例」

演者：馬原侑大（理学療法士）

#### 編集後記 ——— 日々に新たにまた日に新たに

### なんのために生まれて なにをして生きるのか

平易だが哲学的な詩の作詞者は、高知の中心部から車で一時間要する山間の村（現香美市）に生まれた。先日夏休みを利用して彼の故郷にある記念館を訪れた。途中、山や渓谷で家がわずかに点在するだけであつたが、彼の記念館には子供連れの家族が続々とつめかけており、彼が作ったキャラクターの人気のすごさに驚かされた。彼は長い間ヒット作がなく、自称C級漫画家として生計を立てるため詩集を出したり、ラジオの脚本や編集の仕事をしている。1960—70年代、「鉄腕アトム」で代表される年下のスーパースター手塚治虫や「ドラえもん」の藤子・F・不二雄達が活躍していた。1970年代半ばとなり彼は「絵本作家」としてやっと芽がでてる。幼児に對して、どうやって本を読ませるか真剣に考え、決して幼児扱いにせず、自分のメッセージをしっかり入れることにした。

それが、「傷つくことなしに正義はおこなえない」というものであつた。そして、昭和63年（1988年）10月に彼のキャラクターはひっそりとアニメとして登場し、その後大ヒットとなつた、「アンパンマン」である。彼やなせたかしさんが69歳の時である。現在（2025年9月）NHK朝の連ドラ「アンパン」の主人公暢（のぶ）さんの夫である。

2011年東日本大震災では、やなせさんは傷ついた子供たちにメッセージ画を発表して心を寄せ、「そうだ、うれしいんだ 生きるよろこび、、 わすれないで夢をこぼさないで涙」のアンパンのマーチが「復興ソング」として繰り返しラジオで流れ、子供たちは笑顔を取り戻していった。

冒頭のアンパンのマーチの一節は、アンパンマンのテーマであり、またやなせさんのテーマであり我々のテーマでもある。そして、人々の心を喜ばせ幸せにすることがやなせさんの喜びであり生きる目的であつたと、あるインタビューで述べている。

やなせさん90歳の時「たそがれ詩集」が出版された。

夕日よ 君はさびしいか そんなに紅く 燃えながら

ずいぶん長い ひとりたび

「アンパンマン」では私たちの子どもや孫たちが大変お世話になっているが、老境になってきた私もこの詩集で慰められている。

やはり、やなせさんは漫画家であり詩人であつたと思う。

#### 参考図書

アンパンマンの遺言 やなせたかし 岩波現代文庫  
たそがれ詩集 やなせたかし かまくら春秋社