

だいじょうび

糖尿病治療薬の進歩

今から100年前の1921年、カナダのトロント大学で29歳のバンティング先生と当時医学生であったベスト先生により、膵臓から血糖値を下げるホルモンであるインスリンが抽出されました。抽出されたインスリンは混ざり物が多く、濃度も低かったため、他の専門家チーム（マクラウド教授とコリップ先生）も加わり、純度の高いインスリン溶液が作られ、翌年には1型糖尿病の少年に注射され、劇的な効果が認められました。1923年には異例の早さでバンティング先生とマクラウド教授にノーベル賞が授与されました。

その後、100年の間、インスリン製剤は目覚ましく進歩し、また注射器、注射針、さらに血糖測定手法も著しく進歩・普及してきています。糖尿病はその人その人により、原因・病態が異なります。生存するためにインスリン注射が絶対に必要な場合と、インスリン分泌が減り高血糖が続くために、インスリン注射が必要な場合があります。また、糖尿病と診断され著しい高血糖が確認された場合も、直ちにインスリン注射を開始すると、低下し

姫路市医師会
スポーツ医学
委員会

穂 積 俊 樹



ていたインスリン分泌能力が回復し、その後インスリン注射を中止しても、良好な血糖コントロールが得られる場合もあります。医師からインスリン注射をすすめられた場合、その必要性をよく相談してみてください。

糖尿病の治療薬は、内服薬も含め進歩してきておりますが、その効果を発揮させ維持させるための基本は、現在でも食事療法と運動療法です。COVID-19の感染状況の影響もありますが、運動する時間・場所を確保して下さい。家の中でも工夫をすれば運動することはできます。例えばスクワット、階段のぼり、足の上げ下げ、ダンベル運動など自重や軽いおもりを利用しての運動はいかがでしょうか。また、じっとしている時間を少なくし、こまめに体を動かすことも重要です。ただし、運動療法は個人により制限あるいは禁止した方がよい場合もあり、医師の指示に従って下さい。糖尿病はたとえ内服薬あるいは注射剤で治療されていても、適切な食事療法と運動療法を継続することは忘れないで下さい。