



# ここが気になる？セルフ・チェック

今回は、睡眠時無呼吸症候群と糖尿病の週1回注射薬(持効型GLP-1作動薬)です。現代では成人の5人に1人が睡眠障害に悩んでいると言われています。睡眠時無呼吸症候群は太った方に多い疾患ですが、骨格、筋肉、脂肪などの影響で全く肥満がない方にも隠れていることがあります。寝ている時には自分では観察ができないために、診断されずに放置されていることがよくあります。十分寝ているはずなのに、とにかく日中眠くてたまらないという方は、セルフチェックをしてみましょう。

糖尿病の治療は長期にわたるので、病気と上手く付き合っていくことが大切です。患者さんは、生活が不規則、投薬の時間が確保しにくいなど、様々な理由で日々の治療に困難を感じることもあるかと思います。最近、週1回の投与で血糖改善効果を持つGLP-1作動薬が開発され、治療の選択肢が増えました。多様なライフスタイルに対応できる治療薬と言えます。担当医と相談してみてください。

健診センター 部長 田中督司

## 睡眠時無呼吸

「寝ているときにいびきをかいている」、「呼吸がとまっている」と指摘されたことがありますか。

YES NO

日中眠くなることがありますか？(居眠り運転をしそうになったり、読書中や会議中にうとうとしてしまうことがありますか？)

YES NO

朝起きたとき、疲れが残っている感じや頭重感・頭痛がありますか？

YES NO



呼吸器内科 医師 東 正徳

睡眠時無呼吸は睡眠時に呼吸が停止する疾患です。日中のねむけや集中力の欠如などの症状があり、重大な事故を招くことがあります。また、脳卒中や心血管疾患の発症が多く、予後を悪くすること、CPAP治療(睡眠時にマスクを装着し空気を送る治療法)にてこれらは改善することが知られています。

当科では外来での簡易検査や問診などにて睡眠時無呼吸の可能性が高い場合、入院での終夜ポリソムノグラフィ(PSG)検査を行っています。中等症以上の睡眠時無呼吸の患者さんにはCPAP治療を導入しています。

## 持効型GLP1受容体作動薬

HbA1cが7.0以上ある

YES NO

つい食べ過ぎてしまう

YES NO

肥満度を示す体格指数(体重kg/(身長m)<sup>2</sup>)が25以上ある

YES NO



糖尿病内分泌内科 医師 田中早津紀

今回私は持効型GLP1受容体作動薬を紹介します。糖尿病患者さんでは体質や加齢のために瞬からのインスリン(=血糖を下げるホルモン)の分泌が低下していることが多いのですが、GLP受容体作動薬は従来の薬とは異なる経路でインスリン分泌を促進し血糖を正常化させます。さらには胃内容排出物遅延作用と食欲抑制作用も有するため、多少の個人差はありますが、食欲を落とし体重を減少させます。最近、週に1回だけ注射すればよい持効型GLP1受容体作動薬が出てきました。上記チェックリストにあてはまる糖尿病患者さんは担当医にご相談ください。



持効型GLP1受容体作動薬