

低血糖

血糖値
(mg/dL)

● 低血糖の症状

70

ひどい空腹感

生あくび



50

冷や汗

手の震え

動悸・頻脈

頭痛

脱力感

顔面蒼白

眠気

めまい

目のかすみ



20

異常行動

意識消失

けいれん

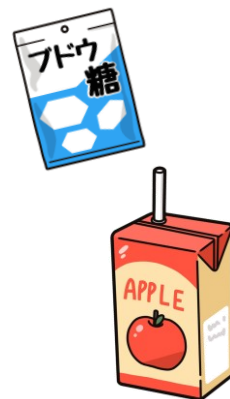
昏睡



※ 必ずしもこの通りの順に症状が現れるわけではありません。

● 低血糖への対処

- ✓ 低血糖症状が現れたら、ブドウ糖、砂糖、あるいは糖質入りの清涼飲料水などを摂ってください。次の食事までに時間が空くときは、クッキーなどの腹持ちの良い糖分を摂りましょう。
- ✓ α -グルコシダーゼ阻害薬を服用中の患者さんは、必ずブドウ糖を摂ってください。
- ✓ 外出時にも対処できるように、糖分を携帯するようにしましょう。
- ✓ 症状が回復しない場合は、ただちに医療機関を受診してください。



● 低血糖が起きやすいのはどんなとき？

- ✓ **他の糖尿病治療薬（特にインスリン、スルホニル尿素薬、速効型インスリン分泌促進薬）を併用しているとき。**
- ✓ 薬の量を間違えたり、服用する時間がずれたりして、処方通りに薬を服用できなかったとき。
- ✓ 食事が遅れたり、量がいつもより少なかったとき。
- ✓ 運動をしたとき。
- ✓ 多量の飲酒をしたとき。

脱水

SGLT2阻害薬の服用中は、こまめな水分補給を継続（☞「水分補給」の説明書を参照）して**脱水症状に注意**してください。

● 脱水の主な症状

のどが渇く・舌や口の中が乾燥する

皮膚・粘膜が乾燥する

尿の量が少ない

脈拍がいつもより速く感じる

食欲が落ちる

倦怠感・脱力感・疲れやすい

めまい・ふらつき・立ちくらみ

● これって脱水症？（3つのセルフチェック）

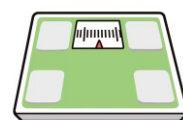
① 尿の色でチェック！

正常な尿の色は薄い黄色です。**普段より尿の黄色みが濃く尿量が少ない場合**、体の水分量が足りていない可能性があります。まずはコップ1杯の水を飲みましょう。

- ✓ 脱水でなくても、**食べ物やくすり、ビタミンなどによって尿の色が変化することがあります**。不安があれば医師や薬剤師に相談しましょう。
- ✓ **赤色や茶色の尿が混ざる場合にはすぐに医療機関を受診**しましょう。

② 体重でチェック！

体重が急激に減少（1週間で3%以上）する場合、脱水が疑われます。例えば、体重50 kgの方の場合、1.5 kg以上減少する場合は要注意です。



③ 血圧でチェック！

立ちくらみなどの症状や、収縮期（上）の血圧が20 mmHg以上低下する場合も脱水が原因となっている可能性があります。



● 脱水に注意をすべき場面とは？

✓ 夏季、運動時、起床時、入浴後

発汗などによって、脱水が起こりやすくなります。

✓ 冬季

水分摂取量が減り、脱水が起こりやすくなります。

✓ 体調不良時（シックデイ）

普段の生活では水分摂取ができていても、**感染などによって発熱・嘔吐・下痢が起こったときに、適切な食事摂取、水分摂取ができずに脱水を起こしてしまう場合があります**（☞「シックデイ」の説明書を参照）。

水分補給

● 服用初期（開始～約1か月）

- ✓ **服用初期は、利尿作用によりトイレの回数や尿量が増えやすくなります。脱水予防のために、日頃の飲水量に追加して水やお茶（1日約500mL程度）を飲んで下さい。**
- ✓ 追加する水やお茶はいきいきに飲まず、のどが渇く前に飲みましょう。起床時や運動後、お風呂上がり、トイレの後など、こまめに分けて水分補給を行いましょ。
- ✓ この利尿作用は数日間だけ続くことがほとんどですが、長い場合は1か月ほど続くことがあります（特にループ利尿薬併用時）。利尿作用により脱水を起こしていないかどうかを確認するために体重測定をしましょう。
- ✓ 医師から飲水量の制限がある場合はお知らせください。

● 継続期（服用初期をすぎた、長期間服用している）

- ✓ **継続期は、こまめな水分補給を行いましょ。脱水、性器・尿路感染症、ケトアシドーシスの予防になります（「脱水」の説明書を参照）。**継続期は、トイレの回数や尿量が増えることはほぼ無くなるため、普段の飲水量に追加して飲む必要はありませんが、のどが渇いた時や汗をかいた時はこまめに水分補給を行いましょ。
- ✓ 水分補給が不足したり多すぎたりしないように、以下の点に気をつけましょ。

水分不足に気をつけましょ

- ・ のどの渇きを感じにくい、汗をかきにくい（ご高齢の方や、介助が必要な方）
- ・ ご自身での水分補給や食事管理が難しい（認知症がある方や、介助が必要な方）
- ・ 血糖値やHbA1cが非常に高い（糖尿病）
- ・ メトホルミンを服用している（糖尿病）
- ・ 下痢をしやすい
- ・ 利尿薬を服用している
- ・ 活性型ビタミンD₃製剤を服用している

水分過多に気をつけましょ

- ・ 医師から飲水量の制限がある
- ・ 手足など体にむくみがある
（慢性腎臓病、慢性心不全）

- ✓ 一般的な1日の水分摂取量は約1～2L程度です。
- ✓ 糖尿病の場合、甘い飲み物は控えましょ。
- ✓ お酒は利尿作用があるため、水分補給にはなりません。

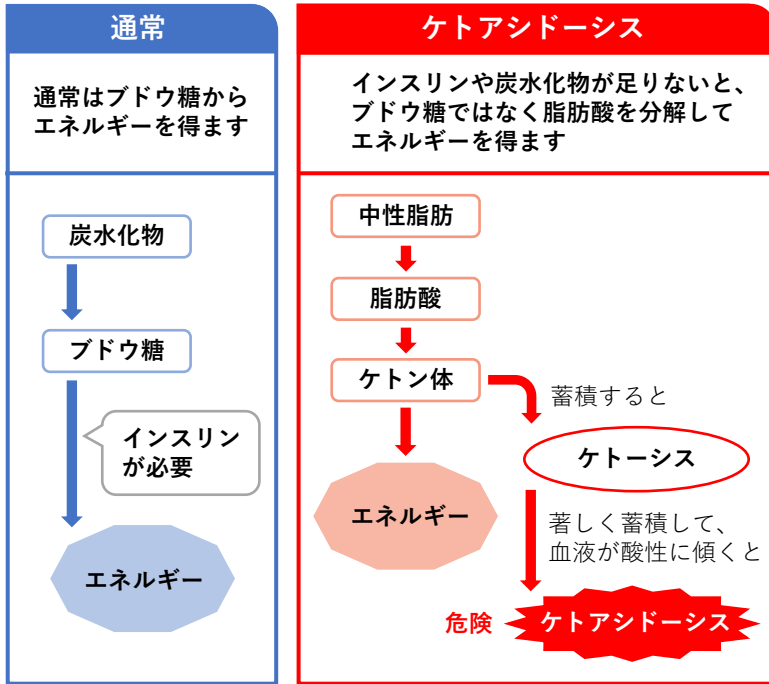
- ✓ 以下の薬を複数併用している患者さんは、脱水による腎機能悪化に注意が必要です。

- ・ 降圧薬（RA系阻害薬）
- ・ 利尿薬
- ・ 解熱鎮痛薬（NSAIDs）
- ・ 骨粗鬆症治療薬（活性型ビタミンD₃製剤）



ケトアシドーシス

● ケトアシドーシスとは



通常、ケトアシドーシスは高血糖を伴いますが、SGLT2阻害薬の服用中は、高血糖がみられなくても症状が現れることがあります。

以下の症状が現れた場合は、早急に医療機関を受診してください。

吐き気

食欲不振

腹痛

呼気の甘い匂い

激しいのどの渇き

息切れ

異常な眠気

意識の低下

脱力感

● ケトアシドーシスが起きやすいのはどんなとき？

- ✓ 急激にインスリンの量が減ったとき（注射忘れ、デバイスの故障など）。
- ✓ 感染症などで、熱がある/下痢・嘔吐などがある/食事が摂れないなどの、**シックデイのとき**（☞「シックデイ」の説明書を参照）。
- ✓ **過度な糖質制限（炭水化物ダイエット）をしているとき。**
- ✓ 脱水症状があるとき（☞「脱水」の説明書を参照）。
- ✓ 多量の飲酒をしたとき。
- ✓ 過度な有酸素運動をしたとき。



● 普段の生活で気をつけたいこと

- ✓ **特に1型糖尿病の患者さんは、絶対にインスリン注射を中止しないでください。**
- ✓ **糖尿病の患者さんは、シックデイのときにはSGLT2阻害薬を休薬し、体調が戻ってから再開してください。** 糖尿病ではない患者さんは、シックデイのときはどうしたら良いか、事前にかかりつけの医師や薬剤師に相談しておきましょう。
- ✓ **自己判断で過度な糖質制限をおこなわないでください。**
- ✓ 長時間の有酸素運動の際には、炭水化物の摂取量を増やすなどの調節が必要となる場合もありますので、事前にかかりつけの医師や薬剤師に確認しておきましょう。

性器感染症・尿路感染症

● なんで性器感染症・尿路感染症になるの？

- ✓ SGLT2阻害薬は尿中の糖を増加させる作用があるため、菌が繁殖しやすい状態になります。
- ✓ 性器感染症（性器カンジダ症など）や尿路感染症（膀胱炎・腎盂腎炎など）にかかりやすくなるため、**陰部や尿に異常がないかチェックしましょう。**

● 性器感染症・尿路感染症の症状

- ✓ 以下の症状があるときは、医師や薬剤師にご相談ください

性器感染症

陰部のかゆみ、痛み

陰部の腫れ、発赤

おりものの異常（量や色の変化、臭い）



尿路感染症

いつもより尿が近い

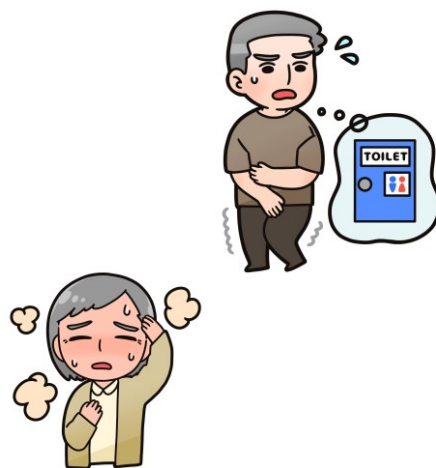
残尿感、排尿時の痛み

尿が白く濁っている

尿に血が混じっている

背部痛、腰痛

発熱、寒気



● 予防法

- ✓ **こまめな水分補給をおこないましょう**（☞「水分補給」の説明書を参照）
- ✓ **陰部を清潔に保ってください**
- ✓ 通気性の良い下着を着ましょう
- ✓ 下着は常に清潔にしましょう
- ✓ おむつはなるべく頻繁に交換しましょう
- ✓ トイレを我慢しないようにしましょう
- ✓ トイレの後は前から後ろにふきましょう
- ✓ 毎日お風呂に入りましょう



シックデイ

● シックデイとは

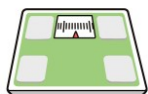
発熱・嘔吐・下痢などがあるときや、**食欲不振のために食事ができないとき**を「シックデイ」（著しく体調の悪い日）といます。脱水を起こしていないかの判断に有用な体重や血圧の測定など、セルフマネジメント（自己管理）を心がけるとともに、**普段からシックデイ時の対応についてかかりつけ医に相談しておきましょう。**

● シックデイにおける対応の原則（シックデイ・ルール）

一時休薬

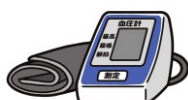


1. 体調が優れず、発熱、嘔吐あるいは下痢（ただし軽度なものを除く）により**脱水が疑われる場合**には、SGLT2阻害薬の服薬を**一時休薬**してください。
👉 「脱水」の説明書で症状やセルフチェックの方法を確認しましょう。
2. **かかりつけ医に相談しましょう**（以下の①～④を記録して伝えてください）。



①体重

数日で1.5 kg以上の増減がないか



②血圧/脈拍

血圧が低すぎないか/
脈が早くないか



③体温



④血糖値

糖尿病の患者さんのみ：
3-4時間に1回は測定
することが望ましい

3. 安静と保温につとめ、可能な限り早期から水分（1日1～1.5 L程度）と塩分ならびに炭水化物（糖質）を摂取するよう心がけましょう。
4. 食事と水分が正常にとれるようになった、または体調が回復したと感じたら、一時休薬していたSGLT2阻害薬の**服薬を再開**してください。



服薬再開

- ✓ **SGLT2阻害薬以外にも、シックデイの際には一時休薬した方が良い薬**があります。医師や薬剤師の指示に従ってください。
- ✓ **シックデイに自己判断で市販の解熱鎮痛薬や総合感冒薬を服薬すると、病状が悪化することがあります。**シックデイにおける市販薬の使用については必ず薬剤師に相談した上で、**アセトアミノフェン**を含有するものを選んでください。

ただし、以下の場合には、早急に医療機関を受診してください

- ・ 38度以上の高熱が続くとき、嘔吐・下痢がとまらないとき
- ・ 24時間にわたって食事摂取ができない/著しく少ないとき
- ・ **ケトアシドーシスの初期症状**と考えられる以下の症状が現れたとき
吐き気、食欲不振、腹痛、呼気の甘い匂い、激しいのどの渇き
息切れ、異常な眠気、意識の低下、脱力感

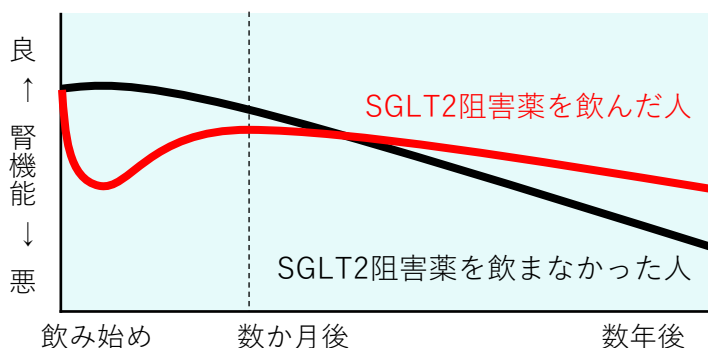
その他の注意事項

● 体重への影響

- ✓ SGLT2阻害薬を飲むと体重が減少することがあります。体重測定を習慣化しましょう。
- ✓ **高齢者や痩せている人は特に注意が必要です。**
- ✓ 過度に体重が減ったときや気になる症状があるときは、医師や薬剤師に相談しましょう。
- ✓ 糖尿病の患者さんは、体重が減少しても自己判断で食事の量を増やさず、食事療法を続けましょう。
- ✓ 筋力・筋肉量の向上のために、普段からレジスタンス運動（かかと上げ運動、足上げ運動、スクワットなどの、筋肉に負荷をかける動作を繰り返しおこなう運動）を心がけましょう。



● 腎機能への影響



- ✓ SGLT2阻害薬を飲み始めると、腎機能（eGFR：推算糸球体濾過量）が一時的に低下することがあります。
- ✓ 薬の作用によるものであり、過度に心配する必要はありません。
- ✓ 長期に継続することで、**腎機能の低下を遅らせる効果**が期待できます。

● 検査への影響

- ✓ SGLT2阻害薬は尿中の糖を増加させる作用があるため、尿検査で尿糖が陽性になります。
- ✓ SGLT2阻害薬の服用を中止してもしばらくは尿糖の陽性が持続します。
- ✓ 1,5-AG 検査（血糖変動の指標）では通常より低値になるため、正しい評価ができません。

● 手術への影響

- ✓ 手術のために食事を摂取できない場合、手術前にSGLT2阻害薬を一時休薬することがあります。
- ✓ **手術の予定がある人は、本剤服用中であることを医師にお伝えください。**
- ✓ 手術の前後は血糖値が変動することがあり、厳密な管理が必要です。医師の指示通りに服用してください。