

3. 治療の基本方針(ステップ)

インスリン非依存状態

1. 食事療法と運動療法

性、年齢、肥満度、身体活動量、血糖値、合併症の有無などを考慮し、エネルギー摂取量を決定する。できれば毎日、少なくとも週3～5回、強度が中等度の有酸素運動を20～60分間行い、計150分以上運動することが一般的には勧められる。

2. 薬物療法

食事療法、運動療法を2～3ヵ月続けても、なお、目標の血糖コントロールを達成できない場合には薬物療法を開始する。

3. 薬物療法の内容

経口血糖降下薬や注射薬を少量から始め徐々に増量する。代謝異常の程度のみならず、年齢や肥満の程度、慢性合併症の程度、肝・腎機能、ならびにインスリン分泌能やインスリン抵抗性の程度を評価して、経口血糖降下薬かインスリン製剤かGLP-1受容体作動薬か、さらにはどの種類の経口血糖降下薬を使用するかを決定する。1種類の経口血糖降下薬によって良好な血糖コントロールが得られない場合は、作用機序の異なった薬を併用する。

