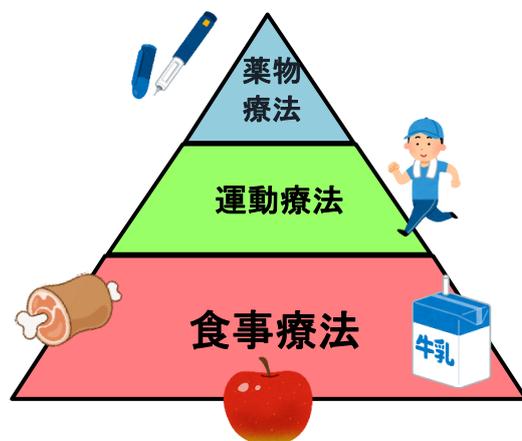


お薬を飲んでいるからたくさん食べてもいい？

食慾の秋ですね。ついつい食べ過ぎてしまう方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

糖尿病の治療の土台は食事療法です。薬物療法を始めると、「薬を飲めばたくさん食べても大丈夫？」と思ってしまい、食事療法をおろそかにしてしまう人もいます。



インスリン抵抗性ってなに？



インスリン



貯蔵



食べたものはインスリンの働きにより筋肉、脂肪細胞、肝臓にエネルギー源として蓄えられます。インスリン抵抗性とはインスリンが正常に働かなくなった状態のことをいいます。

食べすぎや脂っこい食事などによって、インスリン抵抗性は増大します。

インスリン抵抗性が増大すると、エネルギーをうまく蓄えることができなくなり、高血糖状態となります。

薬をより効果的なものにするために

バランスの取れた食事と適度な運動

を心がけましょう！



一般社団法人 菊池郡市医師会

菊池郡市医師会立病院 糖尿病センター