

「ペットボトル症候群」



総合診療科

かわむら なおき
川村 直生

山香病院だより vol.173

ペットボトル症候群という病気をご存知でしょうか。ペットボトル症候群とは糖分が多く含まれているジュースや炭酸飲料水、スポーツドリンクなどを多く摂取することで発症する病気で、ソフトドリンクケトーシスとも呼ばれています。

コーラなどの炭酸飲料水には500ml中に40g、65g(角砂糖10g)16個分相当が含まれ、スポーツドリンクにも500ml中に20g、34g(角砂糖5g)8個分相当が含まれています。のどが渇いた際にソフトドリンクを飲むことで血糖値が高くなり、血糖値が高くなると、腎臓は尿として体から糖を大量の水分と

一緒に排泄します。その結果、体から水分が不足し、脱水の状態になり、のどが渇くためにソフトドリンクを飲み、血糖値がさらにあがるという悪循環に陥ってしまいます。

血糖値が高くなると、通常であればすい臓からインスリンというホルモンが分泌され、血糖値を下げますが、血糖値が高い状態が続くとインスリンの効きが悪くなったり、分泌される量が減り、血糖値が下がりにくくなります。この時、体が糖をエネルギー源としてうまく利用できなくなり、その代わりとしてたんぱく質や脂肪が分解され、ケトン体という物質ができます。このケトン体

が増えると体の中のバランスが崩れ、酸性に傾いてしまい、ケトーシスという状態になることで、ペットボトル症候群の症状が現れます。

軽症であれば、著しいのどの渇き、尿量が増える、体のだるさ、腹痛、吐き気といった症状が現れますが、重症になると意識障害が出現し、昏睡状態となることがあります。

治療には脱水状態に対して点滴から水分を補給し、高血糖に対してインスリンの点滴が必要となります。

ペットボトル症候群は、糖尿病患者さん以外にも、ソフトドリンクをよく飲む20～30代の若年者や健康診断で糖尿病予備軍と言われている方にも起きることがあります。暑い季節になり、熱中症予防に水分摂取や塩分などのミネラル摂取が必要となりますが、できるだけ水やお茶などの糖分を含まない飲み物で水分補給を行い、ソフトドリンクを飲むのであれば多く摂り過ぎない様にするをお勧めします。

後発医薬品(ジェネリック医薬品)をご存じですか?

先発医薬品(新薬)は開発に長い年月と莫大な費用がかかります。そのため一定の期間、特許で守られており、値段が高くなっています。

一方、ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同一の有効成分、同等の効能・効果をもつ医薬品ですが、その特許が切れた後に発売されるため先発医薬品に比べて低価格で購入することができます。

●先発医薬品より安価で、経済的

患者さんの自己負担の軽減、医療保険財政の改善につながります。

●効果や安全性は、先発医薬品と同等

国では、後発医薬品が先発医薬品と同レベルの品質・有効性・安全性を有するかどうかについて、厳しい基準で審査を行っています。



まずは診察の時に、医師や薬剤師に相談してください。直接言いつらい方は、「ジェネリック希望カード」を提示してください。カードは市町村窓口を設置しているほか、7月に送付された新しい保険証に同封の「後期高齢者医療のしおり」に貼付されています。※現在、後発医薬品が品薄状態となっておりご希望に添えない場合もありますので予めご了承ください。

大分県後期高齢者医療広域連合 ☎097-534-1771(直通) / 市民生活課 国保係 ☎0978-62-1806