

打破糖尿病胰岛素治疗的误区

--浅谈日本最新型胰岛素制剂

糖尿病相信很多人都不陌生，据日本厚生省劳动省统计，40岁以上的成人中10人就有1人患有糖尿病。同样，在日华人中也有不少比例的糖尿病患者，我以前曾经写过一篇关于糖尿病的文章，得到了大家普遍的反响，咨询糖尿病及相关并发症，在这个过程中，我发现很多病人都对糖尿病的胰岛素治疗存在误解，有些病人在口服药效果不好，血糖迟迟降不下来的情况下，仍不肯接受胰岛素注射疗法，总认为一旦用上胰岛素，自己的一生就完了，就要永远依赖于胰岛素了。所以在这里向大家介绍一下关于胰岛素治疗的最新医学常识。首先，先从糖尿病的口服用药说起。

现今医学界主要通过四类药降低血糖。

- 1、作用于胰腺细胞促进分泌胰岛素
- 2、作用于肠壁，减低人体从食物中吸收糖份
- 3、作用于肝脏，抑制肝脏合成糖的速度
- 4、作用于全身与胰岛素相关的部分，增加这些部位对胰岛素的敏感性，以达到降血糖目的。

在上述四类药中，最普遍被使用的就是胰岛素分泌促进药。如果通过饮食、运动等方法，血糖控制仍不理想的情况下，开始口服用药。但是，糖尿病的成因就是胰岛素分泌不足，而胰腺细胞分泌胰岛素不足肯定有它相应的原因和病态，在这个病因未找到和解决的情况下，一味的用外界药物促进它命令分泌胰岛素，这就象一个体力虚弱的病人，无论你怎么命令他，他也无法象正常人一样劳动、剧烈运动，如果过劲了反而造成他体力消耗过多，更加虚弱无力。糖尿病口服用药患者中血糖仍迟迟降不下来，很大原因就是有些医者、病人不能理解这个机理。认为只要加大口服药量，就能降低血糖。有些人甚至有自己每天自己调节口服药量的习惯，造成长期高血糖。在血糖值长期过高的情况下，高血糖本身也会对胰腺细胞造成伤害，如果高血糖持续很长时间，胰腺细胞就会完全丧失分泌胰岛素的机能，最后只能使自己血糖控制恶化并带来许多合并症的发生。这就是医学界所说的糖毒性。因此，在这种情况下，有经验的医生应该考虑给病人进行胰岛素注射治疗，它主要有两大好处，第一、可有效使血糖维持在正常值左右，减少合并症的发生。第二、

通过外界注射入胰岛素，使患者自身胰岛细胞得到有效的休息，逐渐恢复正常分泌胰岛素的功能。可见，一旦打上胰岛素并非终生依赖，在血糖稳定控制一段时间后，可以考虑逐渐减低注射量，并最终脱离胰岛素治疗，改以依赖人体自身分泌和口服药辅助治疗。

至于胰岛素用药，可以告诉大家一个可喜的进展，最近三、四年，世界上成功研制出了与人体自身分泌功能基本吻合的超速效型胰岛素，它只需在每顿饭开始吃时注射，有效的在人体饭后血糖最高值时成功发挥胰岛素降血糖功能，并伴随着血糖值降低快速减效、失效，大大降低了这之前几十年一直使用的饭前三十分钟注射型胰岛素的最大副作用，那就是与人体正常胰岛素分泌周期不合，致使血糖不稳定，低血糖频发的危险。日本健康保险也把此药纳入保险范围。大大提高了糖尿病治疗的有效性。

在有了以上认识以后，还需要提醒在日华人朋友的是，糖尿病这种病有它自身的特点不管是在胰岛素及口服药的量的调节上还是在合并症的预防及对症治疗上，都需要与医生密切配合，遵医嘱行事。而华人朋友圈在日本语言不通与日本医生沟通上有障碍就放弃了在日本看病。胰岛素用量因人而异，千差万别。我的好几个华人患者就都是自己自费托亲戚在国内购买胰岛素和相关药品，以维持在日本的治疗。因为缺乏医生的有效指导，注射胰岛素也没有控制好血糖。所以，建议华人糖尿病患者应尽量与自己身边的日本医生沟通，而且日本健康保险内，包括注射器全套以及测血糖仪在内都可以使用，在经济上也比国内大大减低了患者自身的负担。

另外，还要提醒糖尿病患者家属的是，有数家显示，有 $1/3$ 患者都不同程度的有精神抑郁倾向，这与自身血糖数值长期控制不稳带来的精神压力有关，所以家人应该多关心患者，并鼓励他，这种病并非无法治好，和医生积极沟通，良好配合还是可以很大提高生活质量的。而且，今年美国已开始使用经鼻吸入胰岛素。相信日本也将在不久的将来引进这种新药，给患者带来更大的福音。

本文撰写者协和医院院长严俊博士，中国北京出身。早年以优异成绩破格保送进入北大医学部学习，后来到日本留学，考入日本国立大学医学部，并于毕业当年取得日本国家医师资格，进入国立千叶大学医学部第一内科进行临床诊疗和研究。并以消化器病研究为论文课题取得医学博士学位。在船桥中央病院，千叶大学大学附属病院等多家综合性医院供职，是日本肝脏学会会员，被日本医师会授予日本医师会认定产业医、消化器病学会专门医、消化器内视镜学会专门医、肝脏学会肝脏专门医等资格。协和医院也是日本肝脏学会专门指定医院、东京都肝炎治疗医疗费减免指定医院。