

# リベルサス<sup>®</sup>錠を服用される方へ

リベルサス<sup>®</sup>錠は経口GLP-1受容体作動薬という種類のお薬で、

2型糖尿病の治療に使用されます。

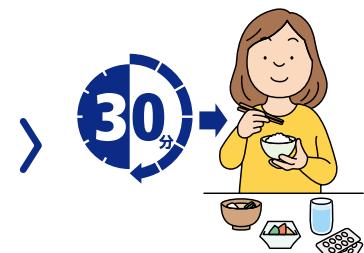
リベルサス<sup>®</sup>錠は1日1回服用しますが、お薬の効果を発揮させるためには、以下の服用方法を実践することがとても大切です。



**空腹時**  
(1日の最初の飲食の前)  
に服用してください。  
起床時がおすすめです。



1錠を、お茶、コーヒー、  
あるいは服薬ゼリー  
などでの服用はせず、  
コップ約半分の水  
(約120mL以下)とともに  
服用してください。



服用後に、飲み物を飲んだり、  
食事をしたり、他のお薬を服用  
する場合は、少なくとも  
服用後30分経ってからに  
してください。

リベルサス<sup>®</sup>錠は  
湿気と光の影響を受けやすい  
お薬です。服用の直前に錠剤を  
シートから取り出してください。

錠剤は、割ったり碎いたり、  
噛んだりせずに、  
そのまま飲み込みましょう。



# そもそもリベルサス<sup>®</sup>錠ってどんなお薬？



リベルサス<sup>®</sup>錠は、もともと私たちのからだにあるホルモンである「GLP-1」に似た作用をもつお薬です。

GLP-1は、食事をとると小腸から分泌され、血糖値が高いときにすい臓からインスリン（血糖値を下げるホルモン）を出すように働きかけます。

リベルサス<sup>®</sup>錠はGLP-1と似た作用を持ち、血糖値が高いときにすい臓からインスリンを出すよう働きかけ、血糖値を下げます。

## なぜリベルサス<sup>®</sup>錠を服用するときには空腹でないといけないのですか？



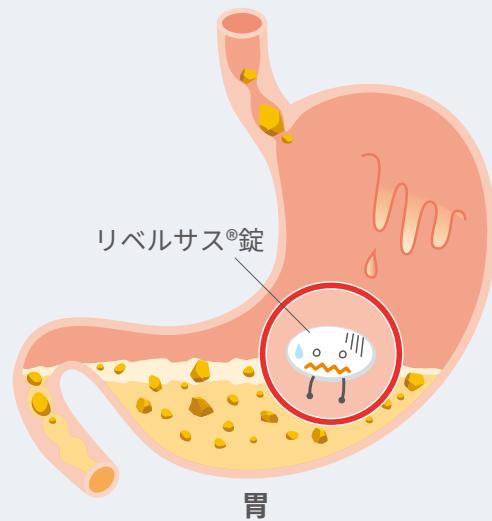
胃の中に食べ物や飲み物がある状態でリベルサス<sup>®</sup>錠を服用すると、有効成分が吸収されず、リベルサス<sup>®</sup>錠の本来の効果が発揮されません。

### 空腹時にリベルサス<sup>®</sup>錠を服用した場合



リベルサス<sup>®</sup>錠を空腹の状態で服用することで、胃から有効成分が吸収され、効果が発揮されます。

### リベルサス<sup>®</sup>錠の服用前後に飲食をした場合



胃の中に食べ物や飲み物があると、有効成分が吸収されず、リベルサス<sup>®</sup>錠の本来の効果が発揮されません。

無理なく胃の中に食べ物や飲み物がない状態にできる起床時は、リベルサス<sup>®</sup>錠を服用するタイミングとしておすすめです。

リベルサス<sup>®</sup>錠を正しく継続服用  
していくために、まずは現在の朝の  
過ごし方について振り返ってみましょう。



ここまで、リベルサス<sup>®</sup>錠を服用するタイミングやその理由についてお伝えしてきました。では、実際にご自身がリベルサス<sup>®</sup>錠を服用する際に、服用から食事まで30分以上空けられるかを見てみましょう。普段の生活を振り返りながら、前日の夕食から翌日の朝食までの過ごし方を下のシートに記入し、その内容について主治医や薬剤師さんと話し合ってみてください。

起床から朝食までの過ごし方を記入してみましょう。

わたしの1日の始まりかた

前日の夕食	:
就寝	:

6:30 起床

6:32 ふとんを畳む  
6:45 ウォーキングをする  
7:55 シャワーを浴びる

8:15 朝食

このシートは複数回記入して、毎日の過ごし方を確認してください。

記入例

60代男性

前日の夕食	18:30
就寝	22:30

わたしの1日の始まりかた

6:30 起床  
6:32 ふとんを畳む  
6:45 ウォーキングをする  
7:55 シャワーを浴びる  
8:15 朝食

このシートは複数回記入して、毎日の過ごし方を確認してください。



次のページでは、朝の時間に習慣的にすることの一般例をご紹介します。  
朝の過ごし方の振り返りに、ぜひご活用ください。



## 朝の時間に習慣的にすること（例）

- ベッドを整える
- シャワーを浴びる
- 顔を洗う
- メイクをする
- 歯を磨く
- 髭を剃る
- 洗面台をきれいにする
- テーブルの上を片付ける
- 掃除機をかける
- トイレ掃除をする
- ゴミをまとめる
- ゴミを出す
- 洗濯をする
- \_\_\_\_\_



- ストレッチをする
- ラジオ体操をする
- ウォーキングをする
- 犬の散歩をする
- ペットに餌をあげる
- 朝食を準備する
- お弁当を作る
- 新聞を読む
- テレビを見る
- メールをチェックする
- SNSを見る
- 今日やるべきことを整理する
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



服用方法や保管方法について、動画でもご確認いただけます。  
ぜひリベルサス<sup>®</sup>錠を服用される方向けWEBページをご覧下さい。  
<https://www.novonordisk.co.jp/products/how-to/rybelsus.html>