

GLP-1ダイエットについて

当院のGLP-1ダイエットは、「**リベルサス**」というお薬を処方させていただいております。

リベルサスの規格は3mg、7mg、14mgがございます。

リベルサスダイエットの仕組み

人間の身体で生成される消化管ホルモンを応用した薬を使用する治療方法です。服用により、血糖値を下げるインスリンの働きを促進できるほか、胃腸の動きも調整できます。この効果によって、食欲自体を抑制できたり、少量でも満腹感を感じる事が可能です。

リベルサスダイエットの始め方

始めの1ヶ月は3mgで開始します。

副作用含め、まずは続けられそうかどうかの判断をしていただきます。

次の2ヶ月目から7mgに増量して体重減少効果を実感されていくというのが一般的な流れです。更に効果を求める場合は最高14mgまで規格ございます。

※内服を始めてから数日～数週間で食欲の抑制や、満腹感を感じやすくなります。（個人差はあります。）ただ、3mgはそういった効果が出にくいです。



効果が出にくいのに

どうして3mgを内服するの？

- 身体を薬の作用に慣らす
- 副作用の程度を見て続けられそうかを確認するため

安全にダイエットを続けていく為には
必要不可欠となります！

3mgで効果が出ないと内服をやめてしまう方も多いですが、このダイエットは7mgからが本番と思っていただいた方がよろしいかと思えます。

また、数字的な部分でも急激に減るということはありません。食欲を減らして血糖値をコントロールし、基礎代謝を向上させて内臓脂肪を燃焼するなど、体質改善の角度から体重減少を狙う薬です。少なくとも2～3か月はかかります。

副作用について

- 胃腸蠕動運動の遅延(悪心、嘔吐、下痢、便秘)
→これらの副作用は2~3週間かけて、徐々に改善されていくことも多いです。
- 低血糖症状(脱力感、倦怠感、冷汗、動悸、ふるえ、めまい、ふらつき、頭痛、生あくび)
→少量で良いので1日3回(朝昼夕)は何か口にしてください。またラムネなどブドウ糖を携帯しておくことでより安心です。ただ、この副作用が発生する頻度は非常に低いです。
- 急性膵炎
→極めて稀な副作用です。
嘔吐を伴う激しい腹痛が続く場合はご相談ください。

内服方法

- ・起床時に**空腹の状態**で、**リベルサス1錠をコップ半分(120mL以下)の水**で服用しましょう。
 - ・服用後**30分以上**は飲食を避けてください。
 - ・他に薬を服用する予定があるときには、リベルサスを服用後30分以上経過してから飲みましょう。
- ★リベルサスは、服用する直前にアルミのシートから取り出してください。
湿気や光に弱い薬のため、錠剤がむき出しの状態では保管されていると、薬の効果を発揮できない可能性があるため注意してください。

ダイエット成功のポイント

- 1.正しく内服する
- 2.投与量を増やしていく
- 3.内服を継続する

正しく内服

途中で諦めてしまう方の多くは正しく内服できず効果が得られなかった場合が多いです！

投与量を増やす

最初の1か月に3mgを継続服用し2か月目から7mgへ増量します。

○最大14mgまで増量が可能です

内服を継続する

体重減少の効果が出るまで早い人でも1か月通常3~4か月であらわれます。

○内服を継続することが
ダイエット成功の鍵です!!