

☆シックデイとは・・・？

糖尿病がある患者さんで、発熱、嘔吐、下痢、外傷などが原因で普段のように食事が取れなくなった時をシックデイといいます。

血糖値が平常時のようにコントロールできなくなり、低血糖や高血糖に傾きやすくなっている状態です。

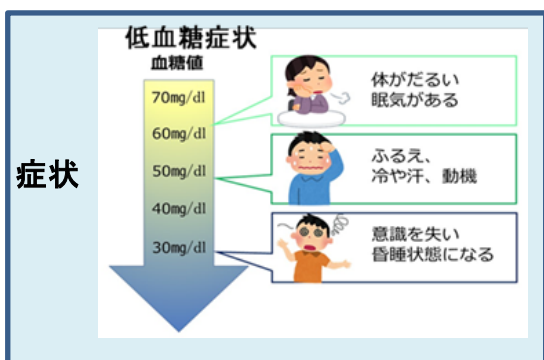


食欲がなく食事の量が少ないが、血糖を下げる薬はいつも通りの量を内服した場合・・・

食事をとれないため、飲み薬やインスリン注射を自分の判断でやめてしまった場合・・・

普段より薬の効果が強く出るので
低血糖になりやすい！！

病気によるストレスで血糖値を上げる
ホルモンが分泌されるので
高血糖になりやすい！！



症状

- ・激しい口渇
- ・多飲、多尿
- ・嘔吐、腹痛、悪心

正常基準値

空腹時血糖値 110mg/dL未満
食後2時間血糖値 140mg/dL未満

薬物療法やインスリン療法を行っている方は
シックデイの時にどう対応するかを主治医と相談しておきましょう！



自己血糖測定（SMBG）

血糖自己測定をしていれば、高血糖や低血糖だとわかった時にすぐに的確に対処できます。



* 自分で対処できるケース

低血糖の症状が現れたら、まずブドウ糖（なければ砂糖）を口にすることです。しばらく安静にし、15分ほど経っても回復しない場合は、さらにブドウ糖を同量追加します。

●ブドウ糖を常に身に着けて！

