



# 糖尿病タイムズ



第7号（平成29年 5月31日発行）

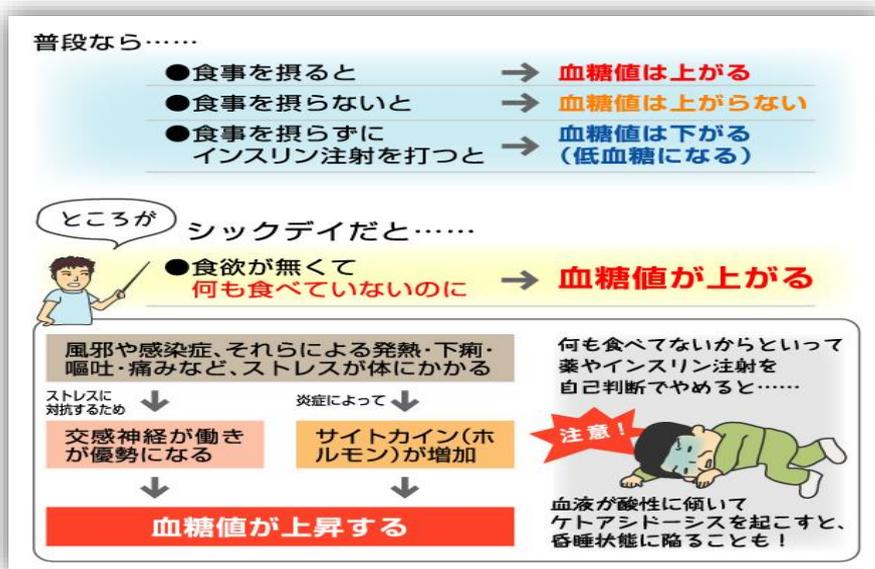
糖尿病患者さんの中には、他の病気にかかったことをきっかけに、血糖コントロールが乱れた経験をされた方は多いと思います。第7号は、シックデイと糖尿病のお話です。

Q. シックデイとはどういう意味だと思われますか？

A. 直訳すると「病気の日」という意味ですが、例えばかぜ/インフルエンザ/発熱/下痢/嘔吐/ 抜歯などの小さな手術/けが/骨折など日常生活で誰もが経験する病気を指します。

Q. シックデイのとき、体のなかではどんなことが起こるのでしょうか？

A. いつもより高血糖になりやすい。



※しかし、シックデイのときは、食欲が低下することも少なくありません。いつも通り食べられないのに、いつも通り薬を飲んだり、注射をすると、低血糖を起こすことがあります。

このように、シックデイのときは血糖値が不安定になりやすいため、上手に乗り切る方法を知っておくことが大切です。

## ◎シックデイの時の基本的な対処方法

- ① 水分は一日1 L以上をとる
- ② 食事は消化の良い口当たりの良いものを食べる
- ③ 薬の飲み方、インスリン注射量などを主治医に確認しておく



<編集後記>

暑くなりますので、脱水に注意してください。

発行元： 市立三次中央病院  
糖尿病療養指導チーム

文責： 看護部（根間 明子 加井妻 恵美）