

糖尿病だより

2016 年 3 月
No.43



～低血糖のおはなし～

ーインスリン分泌促進薬を内服、インスリン注射をしている人は注意しましょうー

医師（看護師） 「低血糖になったことはありますか？」
Aさん 「いつも血糖高いから、低血糖になんかならないよ」
→検査ではいつも血糖が高くても低血糖になる可能性があります

医師（看護師） 「低血糖用にブドウ糖は持っていますか？」
Bさん 「ブドウ糖はないけど、飴はいつも持っています」
→下がった血糖をすみやかに上昇させるにはブドウ糖が一番早いです

◎低血糖とは、血液中にブドウ糖が少なくなりすぎた状態をいいます

血糖値が基準範囲を超えて
急激に下がると・・・

冷や汗・動悸・手のふるえが出現します

さらに血糖値が 50mg/dl
程度に低下すると・・・

強い空腹感・力の抜けた感じ・目の
ちらつき・ぼんやりする・激しい時
にはひきつけや意識を失うことがあ
ります



低血糖の原因

- インスリンや内服薬の量を間違っ
て多く使用してしまった時
- 内服や注射後に食事を抜いたり、
食事の時間が遅れたり、決められた
量が食べられなかった時
- 空腹時に激しい運動をした時
- アルコールを飲んだ時
- 嘔吐や下痢が続いた時

いざという時のために

- いつもブドウ糖 10g～20g もしくは
スティックの砂糖を持っておきましょう
- ベイスン、グルコバイ、セイブルを併
用している人は、砂糖ではなくブドウ糖
を使用します。

普段から決められた内服・注射の時間・量を
守りましょう

糖尿病のコントロールには食事・運動などの生活習慣を変えることと、その継続が欠かせません。
皆様の糖尿病療養に役立つ情報をこの「糖尿病だより」で発信していきます。

糖尿病療養指導スタッフ一同

国立病院機構 姫路医療センター

