

糖尿病瓦版

平成二十一年二月版(隔月発行)
春日井市民病院
糖尿病療養指導グループ発行

薬剤師
服部 芳明

低血糖って？

低血糖とは食事や運動の影響でインスリンやインスリンを出させる内服薬などの効果が高くなりすぎて、血糖値が正常値より低くなることによつて起きる症状です。基本的には七十mg/dl以下になった時を低血糖といいます。ただし、その方の病気の状況によつて気をつける数値は違うことがありますので注意してください。

低血糖の症状

交感神経系症状(急に血糖が下がって起きる症状)
空腹感、脱力感、冷汗、ふるえなど
中枢神経系症状(脳が休むために起きる症状)
眼のかすみ、ふらつき、痙攣など
冷や汗やふるえ等の症状は急激な血糖の低下でも起きることがあります。またほとんどの方が同じ症状が起きてきますので、自分の症状を良く覚えておきましょう。

低血糖時の対処

血糖測定器をお持ちの方は、できるだけ血糖値を測りましょう。持つていない方はすぐに糖分を摂るようにします。症状を早く取るためにも必ず砂糖やブドウ糖を摂って下さい。目安としては10gです。病院や保険薬局では必要な方にブドウ糖をお渡ししています。最近ではブドウ糖を含んだ食品も発売されています。持ち運びや飲みやすさの面で便利になっています。

ブドウ糖の食品



病院の売店にも売っています。

薬剤師からの一言

皆さん薬の飲み忘れはありませんか？
皆さんのお話を伺っていると、昼食後の薬や食前の薬の飲み忘れが多いようです。出かけるときには1回分持って出るように心がけましょう！