

いつでも起こる脱水症

糖尿病瓦版

脱水症は夏場だけと思ってませんか？

夏場に起こる“**脱水症**”は暑さが原因ですが、糖尿病患者さんでは暑さ以外の原因で脱水が発生します！



シックデイ時の発熱
や嘔吐、下痢による
水分喪失



利尿剤や尿に
糖分を出す薬
(SGLT-2阻害薬)
の服用による
尿量増加



血糖コントロール
不良に伴う尿量
増加



お酒の飲みすぎ
による一時的な
尿量増加

このような場合は、
オールシーズン脱水症は発生します!!

のどが渴いたと感じた時点で既に軽い脱水になっています。汗をかいたとき、筋肉が疲れたと感じたり、つったりしたときは塩分不足もきたしている可能性があります。水分と塩分の両方の補給にはスポーツ飲料が便利ですが、糖分や塩分が多量に含まれるものも少なくありませんので、お茶やお水で水分補給しましょう。(医師から水分制限を言われている方は水分量に注意しましょう。)春本番となり、気温も上昇しています、日頃からこまめな水分補給に心がけましょう！



平成二十九年四月版(隔月発行)
春日井市民病院
糖尿病療養指導グループ発行

後藤 佐藤 吉崎
臨床検査技師