

重症低血糖「もしも」の時の準備と対処方法を知っておきましょう

【低血糖】血糖値が 70 mg/dL 未満の場合は低血糖です

【重症低血糖】低血糖からの回復に他者の援助を必要とする場合

低血糖時の症状や血糖値は個人差があります！



持続血糖測定器では、5～15分程度の遅延があり注意が必要！

低血糖発作時の対処法



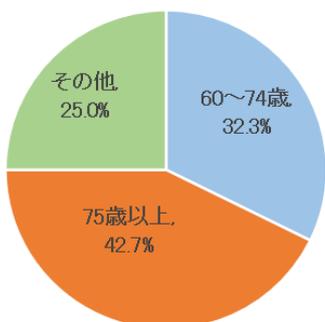
低血糖が起こるきっかけ

- 薬の種類、量の誤り
- 激しい運動、長時間の運動
- 食事の量が少ない
- 食事時間の遅れ
- 飲酒、入浴

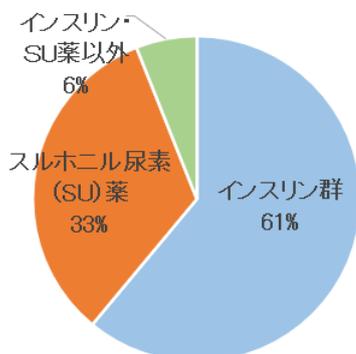
重症低血糖発生時は家族の協力が
必要となります。事前に家族にも対処
方法を知っていただくことが大切です。

重症低血糖で救急搬送された患者のうち
60%が2型糖尿病患者、
30%が1型糖尿病患者であった

①重症低血糖の年間受診者数



②2型糖尿病患者の治療状況



重症低血糖に影響したと医師が判断した要因

- 食事内容・タイミングの不適合 40%
- 薬剤の過量または誤投与 27%
- シックデイ 11%
- アルコール多飲 8%
- 過剰な運動 4%
- その他 10%

(全国 113 施設 798 人から分析)

徳島県糖尿病協会・徳島大学病院糖尿病患者会「山桃の会」 入会のご案内

「山桃の会」は、徳島県糖尿病協会および徳島大学病院の糖尿病の患者会です。患者さんやそのご家族の方、医療従事者が入会できます。

糖尿病に関する情報提供を行い、会員の皆さまの知識向上とよりよい診療や療養指導の形成を目指しております。

本会にご入会していただきますと、患者会や糖尿病に関するイベントのご案内、月刊誌「さかえ」を毎月郵送いたします。

「山桃の会」の年会費は、3500 円です。

(主に日本糖尿病協会年会費、さかえ年間購読、郵送料込み)

* 途中入会の場合は、上記を月割して、3月 31 日までの期間分を徴収させていただきます。

入会希望の方は、別紙入会申込書に必要事項をご記入の上、FAX でお送りください。入会申込書は、下記にご連絡ください。

「山桃の会」事務局
〒770-8503 徳島市蔵本町 3-18-15
徳島大学 糖尿病臨床・研究開発センター
TEL:088-633-7587 FAX:088-633-7589
Mail: dtrc@tokushima-u.ac.jp



毎月最新の糖尿病の情報が
特集・企画されています。
非常にわかりやすく書かれていて、
読みやすい1冊です。
新たな知識が増えます

歯周病は、 糖尿病の合併症の一つです

糖尿病があると 歯周病になりやすく重症化しやすい	一方で、 歯周病は 糖尿病に悪影響を及ぼす
一糖尿病があると、免疫機能的低下や血流の悪化、唾液の減少などのため、歯周組織の障害が生じて歯周病になりやすく、また、重症化しやすいことが分かっています。	一歯周病はインスリン作用を阻害し、血糖コントロールを悪化させます。歯周病をおぼると、HbA1c値が最大1%改善するという報告もあります。

歯周病やむし歯は、糖尿病以外にも肥満、肺炎、睡眠時無呼吸症候群、心臓病、腎炎、脳血栓、敗血症、胃腸障害、栄養障害などさまざまな疾患の原因になるといわれています。
お口を健康な状態に保つことは、全身の健康に関わる大切なことなのです。

お口の健康セルフチェックシート

【生活習慣】	【お口の様子から】
<input type="checkbox"/> 1 歯磨きをあまりしない	<input type="checkbox"/> 1 いつもお口の中がさわやかだと感じる
<input type="checkbox"/> 2 ストレスをうまく解消していない	<input type="checkbox"/> 2 歯肉の色がピンク色で引締め感がある
<input type="checkbox"/> 3 たばこを吸わない	<input type="checkbox"/> 3 歯ぐきから出血がなく、しつみがかる
<input type="checkbox"/> 4 歯磨きしていない	<input type="checkbox"/> 4 歯と歯の間に物が挟まらない
<input type="checkbox"/> 5 1日1回は時間をかけて歯磨きをしている	<input type="checkbox"/> 5 歯がしみたり、痛まない
<input type="checkbox"/> 6 フッ化物入り歯磨き剤を使っている	

(5歳以上にごついたら)
ご自身も同じ生活習慣で過ごしましょう。
(3-4歳にごついたら)
一つでもお守りしましょう。
(0-2歳にごついたら)
すぐに生活習慣を改善しましょう。

全ての項目にごついたらお口は健康で、お口の健康が保たれています。
お口の健康が保たれていない場合は、お口の健康が保たれていません。

1週間に1回はお口の健康状態を自分で観察し、
定期的にお口を受診しましょう!