

# とうにょうびょうしんぶん 糖尿病新聞

第12号  
2023年8月  
発行人：糖尿病  
指導検討委員会

## とうにょうびょう ていけつとう 糖尿病と低血糖2

### 低血糖症状を覚えよう！

は  
ひ  
ふ  
へ  
ほ

はら へり  
腹が減り  
ひやあせ でて  
冷や汗が出て  
ふるえ  
震えがくる  
へん  
変にドキドキ  
ほうって いしき  
放っておくと意識がなくなる



ま  
み  
む  
め  
も

まんせいしょうかふりょう  
慢性消化不良  
みみなり  
耳鳴り  
むし  
霧視  
めまい  
眩暈  
ものが二重に見える



### ていけつとう 低血糖になったら 甘いチョコレートでもよいの？

答え

とう きか ない ないふくやく  
ぶどう糖しか効かない内服薬もあるため、

とう ないふく おすすめ  
ぶどう糖の内服をお勧めします。

チョコレートでは けつとうち じょうしょう  
また、チョコレートでは血糖値はすぐに上昇

ちゅうい ひつよう  
しませんので注意が必要です。

# ぶどう糖を内服したら、すぐに血糖値は上がってきますよね？

答え

いいえ、一番血糖値の上昇が早いぶどう糖

でも、15～20分程度はかかります。

血糖測定器をお持ちの方は、低血糖かな、

と思ったらまず血糖測定を行い、ぶどう糖

内服30分後にもう一度測定して、血糖値が

上昇しているか確認するとよいでしょう。

家族に対処法を知ってもらう。外出の際は糖尿病連携手帳の携帯を！

自分が糖尿病であり、低血糖の可能性を知ってもらうこ

とで、重症低血糖を防ぐことができる可能性があります。

また外出先で体調不良となった場合、糖尿病連携手帳があれ

ば、適切な処置を受けられる可能性が高くなります。

お薬手帳と糖尿病連携手帳を携帯する習慣をつけましょう！



糖尿病連携手帳は栄養指導、透析予防指導の際に配布しています。ご希望の方は一度主治医に相談していただき、ぜひこの機会に指導を受けてみてください！

糖尿病の管理を十分に行わないまま放置すると、腎機能が低下してきます。(糖尿病性腎症)

糖尿病透析予防指導では糖尿病のある方の腎機能の低下を早期に発見し、

腎機能の低下と透析導入を予防するために、専任医師、看護師、管理栄養士などによる

糖尿病透析予防診療チームが治療のサポートをします。

内科医の診察日と同日に、看護師による日常生活の指導、

管理栄養士による食事療法についての指導を行っています。