

シックディ

糖尿病の方が、感染症にかかったり、発熱や下痢、食欲不振、外傷など体調を崩された場合をシックディといいます。このような場合は、体調の乱れによるストレス反応で血糖値が高くなったり、食事が摂れずに低血糖になったりすることがあります。

がんの治療やがんそのものによる影響でも食欲不振や倦怠感、下痢や感染症にかかりやすいなどシックディに相当する体調の変化が生じる可能性が高くなります。

シックディで一時的な血糖値の乱れで糖尿病が悪化することはありません。

一般的なシックディの対策（シックディールール）

◇ 糖尿病の薬は自己判断で中止しないでください

- ・シックディのときは、食事が摂れていなくても血糖値が高くなる場合があります。そのため、自己判断でインスリン注射や血糖降下薬を中止しないでください。あらかじめ、糖尿病をみてもらっている主治医にシックディの場合の糖尿病の治療薬の使用法について、指示をもらっておくといでしょう。



シックディの場合のインスリン注射／血糖降下薬使用の目安（ 様の場合）

◇ 安静にして保温に努めましょう

◇ しっかり水分を補給してください

- ・脱水を防ぐために水分をしっかり補給してください。
- ・水だけでなく、みそ汁や、野菜スープ、果汁のジュースなどでも水分を摂ることができます。
- ・市販の経口補水液は糖質と電解質も補給できます。



◇ 消化の良いものを摂取しましょう

- ・食事が摂れない時は、おかゆや雑炊、うどん、アイスクリームなど消化が良く口当たりの良いものを摂取してください。



→ ＊ 食欲不振のシートを参照してください。

こんな時は相談しましょう

- ◇ 食欲がないなど体調の変化を感じたら、糖尿病をみてもらっている主治医に連絡してください。あらかじめ、シックデイの場合の受診方法について指示をもらっておくとよいでしょう。
- ◇ 糖尿病の薬を使った治療を行っている方は、食事摂取内容・量に合わせてインスリンや糖尿病薬の調整ができるように、あらかじめ医師・看護師・薬剤師に相談しておきましょう。食事の工夫については、栄養士にも相談できます。

相談の目安．．．

- ☑ 高熱が続く
- ☑ 消化器症状（食欲不振/下痢）が強い
- ☑ 血糖値が高い状態が続く
- ☑ 食事摂取が難しい
- ☑ インスリン/血糖降下薬の量に迷う

【引用・参考文献・資料など】

- ◇ 肥後直子編著．糖尿病ケア 2020 年春季増刊 糖尿病看護きほんノート．メディカ出版．2020．