

病気の時の対策（2）

1 型糖尿病の方へ

1型糖尿病の方は、インスリンと水分を適切に補充してケトアシドーシスを予防する必要があります。

ケトアシドーシスとは著しい血糖の上昇とケトン体の増加により血液が酸性に傾くことです。

なお、自分だけで対処できない場合は必ず主治医に電話で相談をするか、直接診察を受けてください。

1. 水分を十分に補給する

食欲がなくても少しずつでも水分を補給しましょう。

食事ができるときは、コンソメスープや味噌汁などでこまめに水分を補給します。

食事ができないときにはポカリスエットなどの糖分がはいったものを飲みます。

2. 血糖をはかりインスリン注射を追加する

著しい高血糖になるのを予防するために少なくとも4時間ごとに血糖をはかり、その値でインスリン注射の追加を行います。

一般に次の表のように追加します。

4時間毎の血糖値で速効型または超速効型インスリン（透明なインスリン）を追加します（持効型インスリン・ランタス注も透明ですので間違えないようにしてください）。

血糖値☒	尿ケトン☒	追加インスリン	
250mg/dl以下☒	☒	なし	
250～400mg/dl☒	－☒	速効型または超速効型インスリン	1日の総量の1/10
250～400mg/dl☒	＋☒	速効型または超速効型インスリン	1日の総量の1/5
400mg/dl以上☒	☒	速効型または超速効型インスリン	1日の総量の1/5

病気になったときは血糖が上がりやすいのでインスリン注射はやめてはいけません。

食事ができない場合も通常どおりのインスリン注射が必要です。