

③低血糖とは

低血糖：摂取エネルギーに比較し、消費エネルギーとインスリンの作用が過剰になれば低血糖になる。経口剤服用中、インスリン治療中に高頻度にみられる急性合併症。

低血糖になりやすいのは

1. 食事の不足

食事の時間が普段より遅れた時

食事をとらなかった時

食事(糖質)の量が普段より少ない時

食欲低下や下痢のある時



2. アルコールの多飲

3. 運動の過剰

過激な運動をした後

空腹時に運動をした時

特別な運動後の夜間(遅発性低血糖)

4. 経口血糖降下薬の飲み間違いや、インスリンの過量投与

不適切に量を変更した時

入浴などでインスリンの吸収が促進された時

自己注射手技を誤った時



腎障害の悪化によるインスリン分解の低下

5. インスリン抵抗性の改善

肥満の改善

ストレス・感染症の改善

ブドウ糖毒性の解除

ステロイド剤の減量

インスリン拮抗ホルモン分泌不全

インスリン抗体の減少などがある時



6. その他

上記の組み合わせ

(インスリンの効果が強くでる時間帯に激しい運動をした時など)

他の薬剤との併用

低血糖の症状

血糖値

70 mg/dl以下

→脱力感、冷汗、手指振戦、顔面蒼白、動悸など



50 mg/dl以下

→頭痛、眼のかすみ、動作緩慢、集中力低下などを訴える。次いで意識障害、痙攣がみられ、さらに昏睡に至る。



30 mg/dl以下

→痙攣発作、低血糖昏睡に至る。



低血糖になった時の対応

○低血糖が確認できれば、直ちにブドウ糖または砂糖 10～20g、またはそれに相当する糖質を含むもの(ジュース)を摂る。15分以内に症状の回復がなければ、同じ対応を繰り返す。

○症状がおさまっても再び血糖値が低下する可能性があるので、次の食事まで1時間以上あれば炭水化物を1～2単位摂取する。米飯、パン、クラッカーなどがよい。



○低血糖から回復した後はその誘因、原因、早期症状、対応の適否など、再発防止策について考える。

◎意識障害や昏睡などの重篤な低血糖は、至急病院を受診する必要がある。



低血糖に備えて

○外出時は、ブドウ糖または砂糖、糖尿病健康手帳などを携帯する。

○低血糖が疑われる時には血糖自己測定を行い血糖値と症状との関係を確認する。

◎高齢の患者さんでは症状が現れにくく、判断力も低下しているので、特に注意が必要であ