

## ④シックデイ対策

発熱、下痢、嘔吐の場合や食欲不振で食事が出来ない期日をシックデイという。

シックデイの場合には血糖が大きく乱れやすくなります。

- シックデイの場合は主治医に連絡する。  
発熱や消化器症状(下痢、嘔吐など)が強い時も必ず医療機関を受診する。



- 十分な水分摂取により脱水を防ぐようにする。

- 食事は口当たりのよいもの、  
消化のよいものをできるだけ  
摂取するようにする。



- 食べられるかどうかわからない時には、食前ではなく、食後にインスリンを注射するようにする。



- シックデイのインスリンの量は主治医に相談する。

