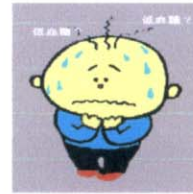


低血糖の症状

北田内科クリニック



1. 低血糖が起きやすい状況

- ・食事の間隔を空け過ぎたとき
- ・食事の量が少なかったとき
- ・いつもより身体を動かし過ぎたとき、急な運動をしたとき
- ・朝食前に運動をしたとき
- ・飲み薬やインスリンの量を間違えたとき

2. 低血糖の自覚症状

	<p>68mg/dl ↓ 90mg/dl</p>	<p>・低血糖予防の為に1単位～2単位程度の糖質を食べる</p> <p>例え:ビスケット3枚 あめ 2個 リンゴ半分 みかん1個</p>
	<p>53mg/dl</p>	<p>・発汗、手足のふるえ、からだが熱く感じる、動機、不安感、吐き気 空腹感、霧視 ブドウ糖を1袋飲む 自律神経症状(低血糖に対するサイレン)</p>
	<p>48mg/dl</p>	<p>・集中力の低下、取り乱す、脱力 眠気、めまい、疲労感、ろれつが回らない、物が二重に見える、 空腹感 ブドウ糖を2袋飲む 中枢神経症状(脳細胞がギブアップ寸前)</p>
	<p>意識障害</p>	<p>・無自覚性低血糖に注意 ただちに119番してもらう 周りの人に携帯で知らせる 過去1～2ヶ月以内に低血糖を経験していたり、合併症の神経障害があると、何の低血糖症状もなく、いきなり意識障害をおこします</p>
	<p>低血糖昏睡</p>	<p>・すぐ119番をしてもらう(救急車) 自分では何も出来ないので、「救急カード」「糖尿病カード」を必ず持ち歩くようにする 周りの人に知ってもらう</p>