

別紙の患者用マニュアルを用いながら、低血糖時の症状、対処法などにつき患者への指導を行って下さい。

☆ 指導対象

経口血糖降下薬(特にスルホニル尿素薬やグリニド薬などインスリン分泌を促進する薬剤)、インスリン注射で治療中の糖尿病患者。

☆ 低血糖処置開始の判断

低血糖症状がある、または血糖値が70mg/dl未満である場合。

☆ 低血糖時の対処法

注) すぐに食事ができるかどうかにより、対処法は以下の2つのパターンに分かれます。

<すぐに食事ができる時（1時間以内）>

- ① 砂糖* (またはブドウ糖**) を10~20g摂取する
- ② 15~20分経っても症状が続く時は砂糖(またはブドウ糖)の摂取を繰り返す
- ③ 低血糖の症状がなくなってから、食事・注射・内服を普段通り行う

<すぐに食事ができない時（1時間以上）>

- ① 砂糖* (またはブドウ糖**) を10~20g摂取する
と同時に、補食（1単位・80kcal）を摂取する
- ② 15~20分経っても症状がある時は砂糖(またはブドウ糖)の摂取を繰り返す
- ③ 次の食事・注射・内服は普段通り行う

※漠然と「甘い物を食べて下さい」といった指導ではなく、できるだけ具体策を示しながら指導を行って下さい。

*砂糖については、飲みやすさや携行しやすさから、スティックシュガー（1本3gあるいは1本5gのグラニュー糖）が利用しやすいと思われます。

** α グルコシダーゼ阻害薬服用中の患者では、必ずブドウ糖を摂取するよう指導して下さい。

低血糖指導マニュアル（医療従事者用）

※普段からの清涼飲料水の飲用は控えるべきですが、砂糖やブドウ糖が手元にない場合、あくまでも緊急的な処置として清涼飲料水を摂取することは許容されます。

（1 缶あたりブドウ糖 10～20g を含む清涼飲料水の例）

市販清涼飲料水のブドウ糖含有量

商品名	1 ボトル中の含量 (g)	1 ボトルの容量 (mL)
ファンタグレープ	20	350
ファンタオレンジ	18.9	350
はちみつレモン	15.1	350
カルピスウォーター	15.1	350
HI-C アップル	14.0	350
コカコーラ	13	350

（ブドウ糖以外の糖質：ショ糖、果糖は、この表では省略）

☆ その他指導に際しての注意事項

- ・低血糖回復後の対応として、マニュアルでは「注射や内服は普段通り行う」としてはいますが、低血糖に至った原因がシックデイに伴う食欲不振であった時など、食事の内服や注射を食後に行った方が望ましいケースもありますので、判断に迷う場合は主治医へ相談するよう指導して下さい。
- ・低血糖が起きた理由（食事時間の遅れ、食事量の不足、運動量の増加、等）を患者に考えてもらうよう指導して下さい。
- ・低血糖の記録（時間、症状、血糖値、処置の方法、等）をとるよう指導し、次の受診時に主治医へ相談するよう促して下さい。
- ・低血糖が頻繁に起こる（いつも同じ時間帯に低血糖が起こる、1 日の内に何度も低血糖が起こる、等）場合は、早めに主治医へ連絡するよう指導して下さい。

平成 28 年 7 月作成
松江地域糖尿病対策会議