

STOP 糖尿病



R2年 糖尿病ケアチーム通信 第3号

糖尿病の既往で新型コロナウイルスが重症化するのなぜ？！

糖尿病を既往に持つ人では、(1)血糖コントロールが良くないと、白血球や免疫に関わる細胞の機能が低下し、体がウイルスと戦うのが難しくなる可能性がある、(2)合併症のある人は、血流障害が起きていることが多く、感染が重症化する恐れがある、(3)血糖値が高い状態ではウイルスが増えやすいという要因があり、さまざまな感染症にかかりやすいとされています。

◎糖尿病の患者さんにおける注意点◎

- ◇ 薬剤を自己判断で中止、調節、切らすことは非常に危険なため注意する。
- ◇ 運動について、日常生活における「屋外での運動、散歩」は制限されておらず継続が可能です。人混みを避けソーシャルディスタンスを保ち、行う。外に出なくてもできる体操やストレッチも有効です。
- ◇ 自宅待機中には、保存食品、間食の増加、運動不足などで塩分摂取量や体重の増加によって糖尿病が悪化しがちになるため、食事には十分注意して下さい。
- ◇ 規則正しい生活、バランスのとれた食事、十分な睡眠に気をつけて免疫力を保つ。
- ◇ 血糖コントロールが落ち着いている場合には、担当医と必ず相談の上、安全な範囲で来院回数を減らす。また可能であれば、電話診、FAXでの処方箋の送信についても相談してみる。特に指示されていない限り、処方されている薬は必ず服用を継続する。

◎シックデイ対策◎

糖尿病の患者さんが万一感染した場合にはシックデイとしての対応が必要です。内服している薬剤をどうすれば良いか、あらかじめかかりつけ医に確認しておきましょう。

糖尿病の方が、感染症にかかり、熱が出る・下痢をする・吐く、また食欲不振によって、食事ができないときのことを『シックデイ』(体調の悪い日)と言います。

このような状態では、インスリン製剤を普段使用する必要のない血糖コントロールが良好な方でも、著しい高血糖になり、たいへん重い状態になることがあります。1型糖尿病などでインスリン製剤の使用が必須の方では、血糖値の確認が大切です。

☆一般的な注意点を踏まえ、生活リズムや運動、食事のバランスを保ち、感染を防ぐことが大切です。かかりつけ医にもシックデイの時の対応を確認しておくことも重要です。

