

地域医療研修
2022年6月17日金曜日

シックデイ時の インスリン療法

福岡和白病院
糖尿病看護認定看護師 吉丸 愛

「シックデイ (sick day)」とは

糖尿病患者がコロナや感冒などの急性感染症にかかり発熱・嘔吐・下痢・脱水・食欲不振などで食事が出来ない状態のことを

「シックデイ (sick day)」といいます

「シックデイ」の状態では血糖値が乱高下してコントロールが難しくなる場合があります特別な注意が必要です



シックデイは血糖値が乱れやすくなります

感染・発熱・疼痛・外傷など

コルチゾールを始めとするストレスホルモン、カテコールアミン、サイトカインが増加

インスリン拮抗作用↑
肝糖新生↑

高血糖

薬物療法中、
食欲不振・嘔吐・下痢

食事・飲水摂取困難

脱水・電解質の喪失

高血糖の持続で
末梢血多核白血球機能が
低下し、感染を蔓延させる

低血糖

では、
シックデイの時は
どのように対処すればいいのでしょうか？



シックデイ時の対処法

① 脱水への対策



② 食事への対策



③ 自分の症状と血糖値の把握



④ インスリン調整



①－(1) シックデイ時の脱水への対策



- 水分は1日1.5L～2L摂取するようにしましょう
- 高齢者で自ら欲しない場合は1時間毎に100ml程度の飲水摂取を勧めましょう
- 嚥下困難がある場合はトロミをつけたり、ゼリー状に固めて冷蔵庫に冷やして用意しておきましょう



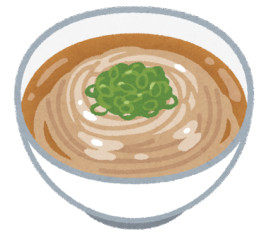
①－(2) シックデイ時の脱水への対策



- スポーツドリンクは糖分が含まれているため
お茶を併用するか経口補水液にしましょう
- 冷たい牛乳や炭酸飲料は消化管に悪影響が
あるので多量には飲水しないようにしましょう



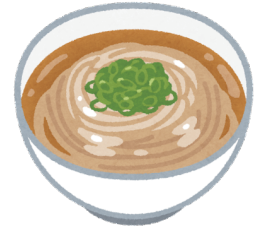
②－(1) シックデイ時の食事への対策



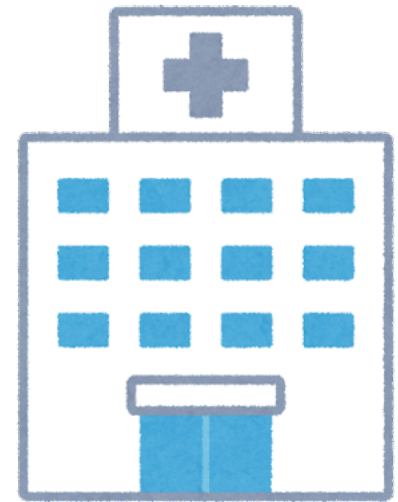
- 絶食にならないようにする。
- 糖質摂取不足は脂肪分解を招きケトン体が産生されケトーシスを引き起こすことがあります
- 食べやすい炭水化物を中心に消化に良い物を選びましょう
- お粥、うどん、野菜スープ、みそ汁などは水分・糖分・電解質が摂取できます



②－(2) シックデイ時の食事への対策



- 経口的に食事摂取ができない、水分や食事摂取で嘔吐や下痢、腹痛を誘発する時にはすぐに医療機関の受診をしましょう



③ 自分の症状と血糖値の把握



- 血糖測定は普段よりこまめに測定し
3-4時間毎に1回は測定しましょう
- 発熱や嘔吐など自覚症状を把握しましょう
- 体温測定、血圧測定を測定しましょう
- 食事量をチェックしましょう



④－(1) インスリン調整



- 原則としてインスリンを簡単に中断してはいけません(特に1型糖尿病患者は中断しません)
- 基礎インスリンは原則食事量に関係なく投与しましょう
- 追加インスリンは食前血糖値や食事量に応じてインスリン量を調整し場合に応じて食後に注射し低血糖を予防しましょう

④－(2) インスリン調整



- インスリン療法をおこなっている1型糖尿病患者さんやインスリン分泌が少ない2型糖尿病患者さんはケトアシドーシスを招くおそれがあるので自己血糖測定(SMBG)を実施しインスリンの増減を行う必要があります。

シックデイのインスリン調整 例①

食事摂取が平常どおり可能な場合

- 基礎インスリンは平常どおり
- 追加インスリンを必要に応じて増量する

血糖：240mg/dL以上 10-20%増量

400mg/dL以上 20-30%増量

尿ケトン体：中等度(++) 以上陽性 さらに10%増量

シックデイのインスリン調整 例②

悪心・嘔吐、食欲不振などで食事摂取が減少している場合

○基礎インスリン

血糖：80mg/dL以下の場合 20-50%減量

血糖値の低下が認められなければ平常どおり

○追加インスリンを必要に応じて増減

血糖：50mg/dL未満 注射しない

80mg/dL未満 50%減量

240mg/dL以上 10-20%増量

400mg/dL以上 20-30%増量

尿ケトン体：中等度(++) 以上陽性 さらに10%増量

医療機関へ受診すべき症状

- 反応が鈍い、意識レベルの低下がみられる時
- 血糖値が350mg/dL以上と著しく高い時
- 38.0℃以上の高熱が2日以上続く時
- 短期間で体重減少がみられる時
- 症状が改善しない時
- 食事が全く摂取出来なくなった時

