



## 糖尿病通信

—50—

糖尿病と上手にお付き合いするために

### 糖尿病の救急

血糖が少しぐらい高くても自覚症状のないのが糖尿病です。しかし、時には、非常に重症になり、命にかかわる合併症を起こすこともあります。

#### 1. 糖尿病ケトアシドーシス

ケトアシドーシスとは、血中にふくまれるケトン体という成分によって、血液が強い酸性になった状態を言います。ケトン体は脂肪の分解により作られます。

糖尿病ケトアシドーシスは、インスリンの極端な作用不足により血糖をエネルギー源として利用する事ができず、脂肪の分解が進み、大量にできたケトン体で血液が酸性になった状態です。(尿ケトン体は、他にも、絶食や運動、甲状腺疾患など、糖のエネルギーが不足する場合には陽性になることがあります。)

激しい口の渇き、多飲、多尿があり、血糖値は 250～1000mg/dl 以上にもなります。重篤な脱水症状のため、とても体がだるく、吐き気や腹痛なども見られます。



重症になると意識不明になります。1 型糖尿病の方がカゼなどをきっかけに食事が取れなくなり、インスリンを中止した場合などに起こります。1 型の方は、食

べられなくてもインスリンを中止してはいけません。自己血糖測定を行ない、適量のインスリンを打ちましょう。

#### 2. ソフトドリンクケトーシス

(ペットボトル症候群)

スポーツドリンクは体にいいものという印象があります。確かに、汗で失われる塩分や運動で消費される糖분을効率よく補うために工夫されたものですから、スポーツだけでなく、下痢や発熱で食事が取れないときにも、勧められています。しかし、糖尿病の方にとっては、糖分の吸収の良さが血糖の急上昇を招くこととなります。

ソフトドリンクケトーシスは、糖尿病の素質のある方が、それに気付かず、糖分をたくさん含む清涼飲料水を習慣的に多飲することで、糖尿病ケトアシドーシスを発症します。若い肥満傾向のある男性に多く、血糖上昇により多尿になってのどが渇き、さらにソフトドリンクを飲み、もっと高血糖となるという悪循環を来たします。

点滴やインスリンによる治療を行ないますが、その後は、食事療法や内服薬で落ち着き、インスリンを中止できる

場合が多いようです。

糖尿病で治療中の方も、清涼飲料の選び方には十分気をつけてください。



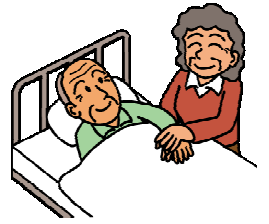
無糖なら OK です。

#### 3. 高浸透圧高血糖症候群

日頃は軽い糖尿病が急に悪化して、激しい高血糖と、強い脱水が起こり、時に昏睡状態となる場合があります。

特に高齢者の方が体調を壊し、水分の摂取が十分できない場合に起こりやすく、また、他の疾患の治療で利尿剤やステロイドホルモンなどを使用したことが誘引となって、起こることもあります。

体がだるく、気分が悪くなり、血圧が下がり、重症になると、痙攣したり意識不明になります。家族が低血糖発作と間違え、全く逆の対応をしてしまう事がありますので、そんな時にも自己血糖測定ができるといいですね。疑われる場合はすぐに入院して、点滴とインスリンで治療します。



#### 4. 低血糖発作

血糖降下薬を飲んでいたり、インスリンを注射している方が、いつも通りに食事ができなかった場合、思いのほか運動量が多かった場合、たくさん飲酒してしまった場合など、低血糖となる可能性があります。

腎臓や肝臓の悪い方は、内服薬では重症な低血糖を起こしやすく、インスリンに変更する必要があります。

血糖が 50mg/dl 以下になると、集中力の低下やめまいが、さらに 40 以下になると錯乱したり昏睡状態になったりします。ブドウ糖を飲むのが一番で、アメをなめていたのでは間に合いません。携帯用のブドウ糖か、糖分を多く含むジュースが良いでしょう。次の食事まで時間がある場合は、ビスケットやチーズなど、1-2 単位程度の捕食が必要です。意識障害があればすぐ受診しましょう。



↑ 低血糖時に便利なグルコレスキュー

内科 柳澤