



糖尿病通信

—20—

糖尿病と上手にお付き合いするために

糖尿病と感染症 - その1 -

感染症とは、細菌やウイルス、カビ(真菌)といった病原微生物によって起こる病気の総称です。糖尿病では感染症にかかりやすく悪化しやすい傾向があります。

1. 糖尿病の方はなぜ感染症に弱いのでしょうか?

血糖値が高くなると細菌と戦う白血球の能力が低下し、また、リンパ球などによる免疫作用も弱くなります。このため侵入してきた微生物を撃退する事ができず感染症にかかりやすくなります。神経障害により臓器の動きが悪くなったり、皮膚が傷ついても気付かなかったりすると、細菌が繁殖しやすくなり、感染症が起こります。また、合併症として血流障害があると、薬も病巣へ届きにくくなります。



2. 糖尿病の方がかかりやすい全身的な感染症

1) 尿路感染症(膀胱炎や腎盂炎など)

糖尿病の患者さんはそうでない人に比べ2~3倍かかりやすいと言われています。糖尿病性の神経障害により、膀胱内に尿が残りやすくなり、そこに細菌が入り込んで感染を起こします。残尿感、頻尿(ト

イレが近くなる)や排尿痛、血尿があり、重症になると腎臓に及んで高熱、腰痛、ときに敗血症、ショックをとともう腎盂腎炎へと進行します。

2) 呼吸器感染症(肺炎、気管支炎など)

肺炎の原因にはウイルス、細菌、真菌などがあり、糖尿病の患者さんではそうでない人に比べ1.5倍かかりやすいと言われています。肺炎になっていても熱などの症状が出にくい事もあり、特にお年寄りでは要注意です。最近、結核の患者さんが増えてきている事が問題となっていますが、血糖コントロールの悪い糖尿病患者さんに多い事がわかっています。

3) 胆のう炎、胆管炎

胆のうは肝臓の裏側にある、なすのような形の袋状の臓器です。この中に肝臓で作られた胆汁をいったん溜めて、食事の時腸へ押し流し、脂肪の消化を助けます。胆石や自律神経障害による胆のうの収縮不全があると、胆のう炎を起こしやすくなります。上腹部の痛み、発熱、黄疸などがみられ、敗血症やショック状態に至ることもあります。



3. 糖尿病の方が感染症を起こすと

感染症が起こると、インスリンの働きを邪魔する物質が血中に増えるため、食事をしなくても高血糖となります。このため更に抵抗力が弱くなり、また脱水症が起こりやすくなって、重症化します。非常に怖い合併症である糖尿病性ケトアシドーシスが起こる可能性もあります。日頃の血糖コントロールと早めの治療がとても大切です。 内科 柳澤

糖尿病のケア



感染症を防ぎましょう

冬は、大気が乾燥しており、風邪などの感染症を起こしやすい季節です。普段の生活習慣から、呼吸器感染症や尿路感染症を防ぐよう心がけましょう。



風邪の予防

- ✚ 外出から帰ったらうがい、手洗いをしましょう。
- ✚ 部屋の換気を、こまめに行いましょう。
- ✚ 咳やくしゃみがある時は、外出時にマスクをし、他の人にうつさない心配りをしましょう。
- ✚ インフルエンザの予防注射を受けましょう。

膀胱炎の予防

- ✚ 入浴、シャワーで清潔を保ちましょう。陰部はつねに清潔にしておくことが大切です。
- ✚ 水分をよく採り(カロリーのないもので)、脱水を防ぎましょう。
- ✚ 尿意が無くても3、4時間おきくらいに、トイレに行く習慣をつけましょう。

一般的に

- ✚ 規則正しい食事と血糖管理に気を配りましょう。
- ✚ 十分な睡眠をとりましょう。
- ✚ 熱や吐き気で食事が取れなくなったら、早めに病院を受診しましょう。



3階看護師一同

