



## 糖尿病通信

- 7 7 -

### 糖尿病と上手にお付き合いするために

#### SMBG(自己血糖測定)時の採血の注意点

糖尿病の患者様の中には SMBG(自己血糖測定)をされている方がたくさんいらっしゃいます。当院ではいくつかの穿刺器具を取り扱っていますが、どの穿刺器具にも共通する注意点や方法を紹介します。

#### ・採血前には手を洗いましょう

SMBGを行う際、アルコール綿で消毒する方が多くいらっしゃいますが、流水で手を洗い綺麗なタオル等で拭いていただければ消毒した時と同じくらいの効果があります。果物や糖分が付着している食べ物等に触れた後は、時間経過に関係なく、指先に付着した果汁や糖分が採血した血液と混ざり測定結果が実際より高くなる恐れがあります。手洗いを習慣付けましょう。



#### ・よく乾燥させてから

手洗いやアルコール消毒後の乾燥が不十分だと血液が薄まり測定結果が実際より低くなる場合があります。



#### ・消毒後は自然乾燥で

アルコール綿で消毒した場合、息を吹きかけて乾かすと唾液がとんで正しい測定結果が出ない場合がありますので必ず自然乾燥してください。

#### ・採血は指横から

採血は指腹(指紋部分)で行うよりも指横から行うほうが、痛みが少ないとされています。指腹はよく物に触れる部分でもあるので指横からがお勧めです。また、手のひらからも検査できます。



#### ・採血する指はローテーションを

毎回同じ指、同じ部位からの採血を続けていると皮膚が硬くなったり血液が出にくくなってきます。場所を変えましょう。

#### ・血液が出にくい場合

手が冷たいと血液は出にくいので、採血前に温めたり、マッサージをしてから行うといいでしょう。

#### ・穿刺後の搾り出し方

採血量が少ない場合、採血部分を軽く圧迫します。けれど、圧迫しすぎると、組織液がしみ出て、実際より測定値が低くなってしまふ可能性があります。気をつけましょう。



#### ・穿刺の針は毎回交換を

同じ穿刺針を使うことは衛生上よくありません。また、何

度も繰り返し使っていると針先が丸くなり、穿刺時の痛みが強くなります。

#### ・メッセーフミンをお使いの方は。。

測定する場所が明るすぎたり、適温(10~35℃)以外の場所では測定出来ないことがあります。特に冬場は部屋の温度が低すぎると測れません。そのようなエラーが出て測定できない場合は測定する場所を変えてから再測定してください。また、気温変化が激しい車内での保管は、しないようにしてください。



#### ・穿刺針を捨てる時には・・

採血コーナーにて使い終わった穿刺針をお預かりし、医療廃棄物として廃棄しています。お持ちになる際は空き瓶やペットボトルなどフタのついた堅い容器に入れてお持ち下さい。**紙袋やビニール袋に入れていると針が飛び出る可能性があります。とても危険です。**インスリンの針や測定チップなど一緒に入れてきていただいてもかまいません。容器を持ち帰りたい場合は中身だけ捨ててお返しします。



#### ・3ヶ月に1度は機械の点検を

採血コーナーにて測定器の無料点検を行っています。診察までの待ち時間に出来ますので、よろしければお声をかけてください。

★SMBG に関することは検査科(採血コーナー)にて承っています。お気軽にご相談ください。 検査科 宮脇