

# 糖尿病通信 vol.1

2013.9

## 『もしかして高血糖?!』

○食べているのに、体重が減ってきている  
⇒糖尿病は、食べたものを元気に生きるエネルギー源としてつかうように調整するのが苦手になる病気です。だから、おなかは空いて食べているのに、食べても食べても身にならないのです。  
すると、エネルギー源が不足するから体の筋肉を分解して使うようになります。その結果、筋肉がなくなって痩せてしまうという悪循環になります。



○皮膚や舌が乾燥する  
⇒筋肉や脂肪に運ばれないブドウ糖が血液中にたくさんあり、血液が濃くなります。高血糖で体の水分が不足します。

○夜にトイレに何回も起きる  
⇒高血糖で血液が濃いと、体は水分をたくさん欲します。それで水分をとると、おしっこもたくさん作られるのです。



外来で糖尿病の患者さんへの指導を担当しています。  
診察の前後のお時間又は、月～土の14時から16時の間にご予約ください。一回30分程度です。  
ご予約には、主治医の許可が必要です。  
主治医にご相談ください。  
よろしくお願いします。



糖尿病療養指導士  
立栄(たてえ)ひとみ

