

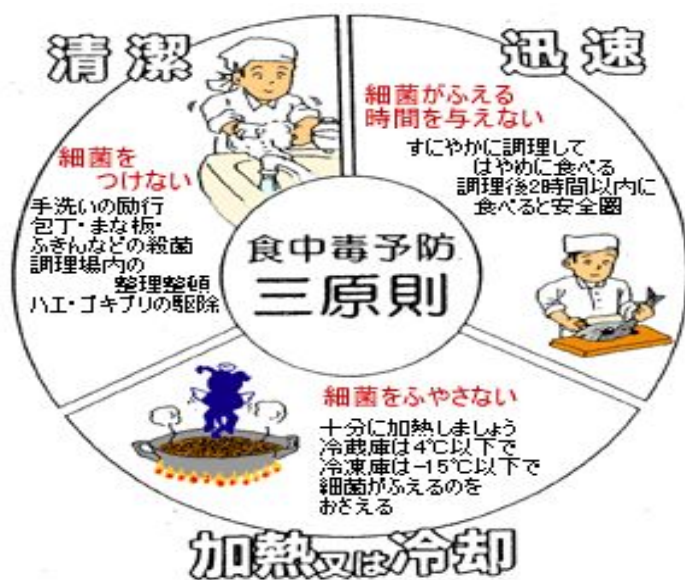
# 糖尿病通信vol.12

2015.6

## 糖尿病と食中毒

気温が上昇する初夏から食中毒がおこりやすくなります。  
食中毒になり、嘔吐や下痢で食事が摂れない状況が続くと血糖コントロール不良にもつながります。

体調の良し悪しによっても食中毒になりやすい場合がありますので  
日頃の体調管理には十分気をつけましょう。



発熱や下痢で食欲が落ちたりすると  
(シックデイ=体調の悪い日)  
脱水症状が起こることによって  
高血糖も加わり、血液は濃縮して  
しまいます。

### シックデイの時は・・・

1. 温かくして、安静にしましょう
2. 食事・水分・ミネラルをとりましょう
3. 早めに主治医に受診しましょう
4. 症状をこまめにチェックしましょう

インスリン・内服薬は自己判断で変更せずに、主治医に相談しましょう！

外来で糖尿病患者様への指導を担当しています。  
診察前後のお時間又は、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。  
ご予約は、主治医の許可が必要です。

毎月第4火曜日の14時から、フットケア外来を行っています。  
ご希望のかたは、主治医にご相談ください。



～糖尿病療養指導士～  
立栄(たてえ)ひとみ