

シックデイについて

1. シックデイ（病気の日）とは？

糖尿病治療中に発熱、下痢、嘔吐などをおこして、
食事が十分にとれなかったりする場合をシックデイ
(Sick day)とといいます。

シックデイは、普段より血糖コントロールが難しくなるため、注意が必要です。

2. シックデイの対応は？

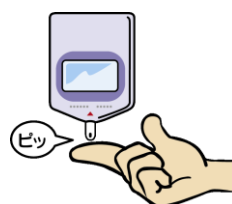
① 暖かくして安静にしましょう。



② 消化のよい食事をとり、
水分を十分とりましょう。



③ 自己測定をおこなっている場合は
血糖値をこまめにチェックしましょう。



3. シックテイのときの食事方法は？

食欲がないときは、食べたいものや糖質を主体にした消化の良いものを取り、いつもの摂取カロリーを維持するようにしましょう。

また、発熱、下痢、嘔吐などがあると脱水状態になります。脱水は高血糖を促進するので、水分（1日 1L～1.5L）や電解質をできるだけとるようにしましょう。

食事がとれないときには、スープやみそ汁などで水分と電解質を補うとよいでしょう。

《シックテイのときにお勧めのメニュー》

・食欲があれば

おかゆ、おじや、
うどんなどの麺類、
シチューなど



おかゆと
梅干し



うどんなどの
麺類



おじや

・水分と電解質の補給に

みそ汁、野菜スープなど



みそ汁



野菜スープ

4. シックデイのとき、お薬はどうする？



〔インスリン注射〕

食事量が通常時の5割以上であれば同量で継続します。

0～4割程度の場合は指示量の半量を注射します。

食事量が不安定なときは食直後に注射を行います。

	食事量	
	5割以上	0～4割程度
インスリン 注射量	通常量	指示量×0.5 (半端な場合は切り上げ) 例) 1.5→2、6.5→7

〔飲み薬〕

食事がいつもどおりに摂れる場合は、通常どおり内服します。食事が十分に摂れない場合は、食事の量と薬の種類によって対応が異なりますので、次表を参考にしてください。基本的に食事量が半分以下まで低下した場合や、下痢や嘔吐などの消化器症状が強い場合は服用を中止します。

どれだけ食べられるかわからない時は、糖尿病の薬は全て食直後に服用してください。

薬剤名	食事量	
	半分程度	3割以下
グリメピリド	半量服用	中止
ミチグリニド	半量服用	中止
シュアポスト		
メトグルコ	中止	中止
ミグリトール	中止	中止
ボグリボース		
ピオグリタゾン	中止	中止
スーグラ	中止	中止
ジャディアンス		
フォシーガ		
トラディアンス		
グラクティブ	中止	中止
テネリア		
トラゼンタ		
リベルサス	中止	中止
トルリシティ皮下注		
マンジャロ皮下注		

**調整の仕方や、受診の目安を
確認しておきましょう！**



こんな時には、受診を！

- ◆ 全く食事がとれない
- ◆ 激しい下痢や嘔吐が、半日以上続く
- ◆ 高血糖が続く(250mg/dl 以上)
- ◆ 低血糖が続く(80mg/dl 以下)
- ◆ 38℃以上の熱が続く
- ◆ インスリン注射や飲み薬の量を
どうしたらよいのか判らない

上記のような症状が続いた時は
かかりつけの病院に連絡し、
早めに受診しましょう！！



当院かかりつけの方はこちら↓

富士宮市立病院 (代表)

0544-27-3151

H26. 3. 31作成
H27. 12. 3改訂
H28. 3. 23改訂
R2. 10. 29改訂
R3. 3. 5改訂