

低血糖の症状と予防法

低血糖の症状

- 異常な空腹感
- 冷や汗をかく
- 動悸
- 手指のふるえ
- 生あくび
- 眼のかすみ
- 集中力の低下
- 強い脱力感
- けいれん など



低血糖の予防

- 医師・薬剤師から指導された薬の量や服薬方法を守りましょう。
- 激しい運動や空腹時の運動などは低血糖を起こしやすくするため注意しましょう。
- 他の薬と併用することで低血糖を起こすことがあるため、他の医院に通院するときは糖尿病の治療薬を服用していることを医師・薬剤師に必ず伝えましょう。



低血糖とは、糖尿病治療中に薬の量を誤ったり、糖尿病の薬と他の薬を併用して相互作用が起こったり、食事が遅れたり、飲酒や長時間の運動などが原因で、血糖値が下がりすぎ、さまざまな症状が生じる状態です。

低血糖の症状は人によってさまざまで、異常な空腹を感じ、過食に陥るような人もいます。自分がどのような症状が出やすいかを知っておくことが大切です。