

# 低血糖の対処法

## 低血糖の対処法

### ●ブドウ糖を10g口に入れましょう。

※砂糖の場合には、ブドウ糖の倍(20g)をとりましょう。

### ●ブドウ糖を含む清涼飲料水やジュースを150~200mL飲みましょう。

※果糖・ブドウ糖液などの表示があるもの。

商品によっては血糖を上げる効果のない人工甘味料が入っているものがあるので事前に確認が必要です。

### ●自動車を運転する人は、必ずブドウ糖を車に常備しておきましょう。

※運転時に低血糖の気配を感じたら、ハザードランプを点滅させ、直ちに車を路肩に寄せて停止し、携帯しているブドウ糖を含む食品を速やかに摂取しましょう。  
運転する直前に血糖値を測定することが望ましく、低血糖を起こしやすい人は、空腹時の運転を避けること、または何か食べてから運転するように習慣づけることが大切です。



## ご家族や周りの方へ

低血糖の対処を行ってから15分たっても、患者さんの低血糖症状が治らない場合

### ●再度同じ量を飲んでもらいましょう。

### ●口から取れない状態のときは、ブドウ糖・砂糖を唇と歯茎の間に塗りつけましょう。

15分経過



万一に備えて糖尿病患者であること、服用している薬剤名などを記したカードを常に持っておくようにすると、低血糖が起こったときに周りの人の適切な対応が可能となります。