

糖尿病薬適正使用のためのシックデイルール指導のてびき

一般社団法人 日本くすりと糖尿病学会

糖尿病治療の目標である「健康な人と変わらない日常生活の質（QOL）の維持、寿命の確保」¹⁾のためには、良好な血糖コントロールの維持が必要である。その目的のために薬物療法が施行されるが、注射剤・内服薬による単剤又は併用により薬物療法において本来の主作用である血糖降下作用が増大し、低血糖を誘発することがある。この原因は様々であるが、ひとつの代謝状態として食事量が減少した際のシックデイがある。糖尿病以外の急性期疾患に罹患した場合をいわゆるシックデイという。シックデイ時に対応を間違えると、低血糖が発症し、患者のQOLが低下することがある。これを回避するためには、医療者はもちろん患者自身がシックデイ時の対応法であるシックデイルールを理解し対応できなければならない。

1. シックデイ

糖尿病以外の急性期疾患に罹患した状態をシックデイ²⁾という。一般的にはストレスにより糖質コルチコイドが増大し、血糖高値となる。しかし、呼吸器疾患、消化器疾患など発熱、悪心、嘔吐などを伴い食欲が減退し、食事摂取量が減少したにも関わらず、通常通りの薬用量を注射や内服すると低血糖を発症する。シックデイ時には、このように高血糖や低血糖など血糖値が乱降下することに注意する。

2. シックデイルール

糖尿病患者がシックデイとなった時、自身が使用している注射剤、内服している糖尿病薬を、食事摂取量によって減量する対応（ルール）を、シックデイルールという。重要なことは、シックデイという言葉を知っていても、シックデイルールを知らない患者が多いこと、患者へ適切な減量の指導をしていない医療者が多いことである。減量加減は医師の指示に従うが、患者が服用している糖尿病治療薬についてのシックデイ時の対応法は、薬物療法に関わる薬剤師も説明すべきである。

基本的なシックデイルール

- (ア) 保温、安静にして無理に運動は行わない
- (イ) 水分補給を行い、発熱などによる脱水を防ぐ
- (ウ) 電解質異常を防ぐため、食欲がなくても口当たり、消化の良いものを摂取する