

ニプロ 糖尿病関連小冊子 シリーズ

ニプロ株式会社では、糖尿病に関する小冊子を発行しております。ご希望の際は、弊社担当者までご連絡ください。

糖尿病の治療法を知ろう

- 食事療法について知ろう
- 運動療法について知ろう
- 薬物療法について知ろう

糖尿病の合併症

- 目と腎臓の余病
- 神経と太い血管の余病

- 糖尿病ってどんな病気？
- 糖尿病と歯周病
- 糖尿病と低血糖
- 糖尿病と妊娠
- 糖尿病とフットケア
- 糖尿病と肥満
- 糖尿病とシックデイ
- メタボリックドミノを食い止めよう！
- 小児の糖尿病
- 糖尿病とがん
- 糖尿病と認知症
- 高齢者糖尿病のフレイルを予防
- 災害・震災時の血糖管理マニュアル
- 糖尿病と血管障害
- 血糖自己測定(SMBG)で血糖管理をしよう！
- 糖尿病と心臓リハビリテーション
- 糖尿病と感染症

糖尿病 と 感染症



はじめに

糖尿病のある人は、さまざまな感染症にかかりやすく重症化するおそれもあります。糖尿病のある人がどのような感染症にかかりやすいか、なぜかかるか、かかった時の注意や予防について知っておきましょう。

ニプロ血糖自己測定器に関するご質問は、お気軽に下記へお問い合わせください。治療などに関しましては主治医にご相談ください。

やさしい ニプロ
☎ **0120-834-226**

24時間365日 電話を受け付けております。
平日17:30～翌日9:00 / 土・日・祝はサービス内容が限られます。

※電話番号をよくお確かめの上、おかけ頂きますようお願いいたします。

当フリーダイヤルでは、お客様に適切な対応をさせていただくために個人情報をお伺いしております。必要な情報をいただけない場合には適切な対応ができない場合があります。

糖尿病のある人は なぜ感染症に かかりやすい？

糖尿病のある人は、感染症にかかりやすく重症化する可能性があるといわれています。

なぜ、糖尿病のある人は感染症などにかかりやすくなるのでしょうか？

体の中にウイルスや病原菌が侵入してくると白血球や免疫細胞が働き、細菌等をやっつけます。

しかし、糖尿病のある人は血糖値が高くなることで白血球や免疫細胞の機能が低下して、全身のあらゆる場所でさまざまな感染症にかかりやすくなります。



糖尿病のある人が かかりやすい 感染症って？

尿路感染症

尿路感染症は、感染症の中で頻度が高く、膀胱炎、急性腎盂腎炎がその代表です。

糖尿病のある人は、糖尿病のない人と比べると尿に細菌が混じっている割合が2~5倍であると言われており、尿路感染症に注意が必要です。



膀胱炎は、頻尿・排尿痛・残尿感・尿が濁るなどの症状があります。さらに悪化すると高熱が出て腎盂腎炎などの病気を引き起こします。これらの症状がある場合は早めに受診しましょう。

予防対策として日頃から水分を多めに摂るように心がけたり、トイレを我慢しないようにしましょう。

呼吸器感染症

呼吸器感染症は、ウイルスや細菌などの病原体が原因です。のどや鼻、気管支、肺などの空気の通り道から感染します。

新型コロナウイルス (SARS-CoV-2)、インフルエンザウイルス、肺炎球菌などは、飛沫や接触で感染し、発症します。

手洗いやうがいの習慣、人混みへの外出をなるべく避ける、マスクの着用、毎年予防接種を受けるなどの予防対策をとることが重要です。



皮膚の感染症



糖尿病のある人は、高血糖が続くと抵抗力が弱くなり感染症にかかりやすくなるため、肺炎や皮膚炎など全身に感染症を起こしやすくなります。

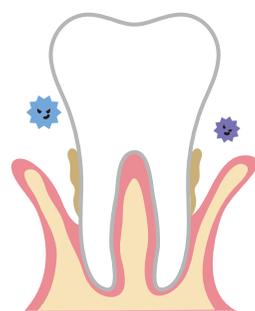
神経障害により感覚神経に症状が現れると手や足の指先がじんじんだり、しびれや痛みを感じたりします。

また、糖尿病のある人は、靴ずれやタコ・ウオノメ、水虫、巻き爪などの足のトラブルを起こしやすく、糖尿病足病変とよばれます。血流障害により、このような症状から足の潰瘍や、黒く変色して悪臭がする足壊疽になってしまうと足の切断に至ることもあり、予防が大切です。

糖尿病足病変の予防のためのフットケアについてもよく知っておきましょう。予防対策として毎日足を洗い、よく乾燥させて清潔に保ちましょう。日頃から足をよく観察し、足に異変が起きたら放置せずすぐに受診しましょう。

※ニプロでは糖尿病に関する小冊子を発行しております。詳しくは「糖尿病とフットケア」をご参照ください。

歯周病



糖尿病は歯周病を悪化させる原因のひとつと考えられてきましたが、最近では歯周病が糖尿病を悪化させる原因にもなっていると言われています。

歯周病があると、細菌の感染により歯肉が腫れ出血し膿が出てくることもあります。歯周病が悪化すると血糖値にも影響して血糖管理が難しくなり、糖尿病を悪化させることもあります。

定期的に歯科検診を受診し、口腔内を清潔に保ち、間食や喫煙習慣を見直すなど歯周病を予防することが大切です。

※ニプロでは糖尿病に関する小冊子を発行しております。詳しくは「糖尿病と歯周病」をご参照ください。

シックデイ



糖尿病のある人が風邪や胃腸炎などの感染症にかかり、熱が出る・下痢をする・吐く、また食欲不振によって食事ができないなどの病気にかかったときのことを『シックデイ』（体調の悪い日）と言います。

シックデイで高血糖となると、尿量が増すため体は脱水状態になります。食欲不振や下痢などからさらに脱水状態は悪くなり、血糖値がより高くなると重症化するおそれがあります。よって水分摂取はととても大切です。

自己管理の範囲内でできる適切な対応の方法として、以下の『シックデイルール』があります。①温かくして安静にする②食事や水分、電解質（ミネラル）をできるだけ摂る③早めに主治医を受診または連絡をとる④病状をこまめにチェックする など覚えておきましょう。

※ニプロでは糖尿病に関する小冊子を発行しております。詳しくは「糖尿病とシックデイ」をご参照ください。

感染症の予防って、どうすればいいの？

ワクチン接種で予防対策を



糖尿病のある人は、感染症にかかりやすく重症化しやすいとされています。感染症を予防するために、以下のワクチン接種が推奨されています。

●インフルエンザワクチン：

インフルエンザワクチンを接種していると、感染後に発症する可能性を低減させる効果と、もし発症した場合の重症化防止に有効と報告されています。主治医と予防接種の必要性についてよく相談しましょう。

●肺炎球菌ワクチン：

肺炎球菌という細菌感染によって引き起こされる病気です。ワクチン接種により重症化防止などの効果が期待できます。特に高齢者では鼻や喉の奥に菌が常在していて、気管支炎、肺炎、敗血症などの重い合併症を起こすことがあります。主治医と予防接種の必要性についてよく相談しましょう。

糖尿病のある人が感染症になっ てしまったら、どのような ことに注意すればいいの？

事前に気をつけておくこと



日頃から体の状態について把握しておく必要があります。

- 糖尿病の治療薬が数日分あるか？
- 食事、運動療法を規則正しく守っているか？
- 体調が悪くなった時にサポートを受けられる連絡先を知っておく

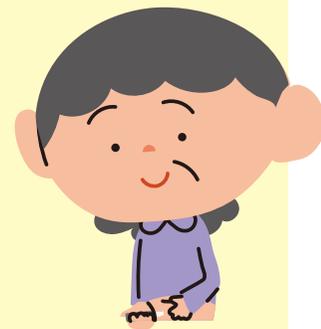
糖尿病のある人が感染症を発症すると、血糖変動が大きくなりやすいので注意しなくてはなりません。

感染症の治療で大切なこと

治療は感染の部位や病原菌ごとに異なり、適切な抗菌薬・抗ウイルス薬・抗真菌薬などの治療が必要となります。

感染による影響で血糖管理が悪くなると、免疫機能が低下し重症化しやすくなっています。

高血糖が続くと、ウイルス・細菌・真菌などに対する抵抗力が弱くなるため、日頃からよい血糖値を保つことが大切です。



感染症は悪化しやすい



高血糖による免疫反応の障害がおこることに加えて、免疫が低下することで感染症による発熱などの症状もひどくなるまで出にくくなるなど、さまざまな要因から糖尿病のある人では感染症は悪化しやすくなります。

足の感覚が鈍化した

血流障害や神経障害を合併すると「足病変」になりやすく、足病変が進行すると下肢の切断が必要となる場合もあります。

足病変を起こしやすい人の特徴

- 下肢の血流障害や末梢神経障害
- 足の変形・爪の変形
- 白癬などの感染・ひび割れ
- 視力が弱くて足を見たり爪を切ったりできない
- 足をきれいにできない



血糖自己測定によって自分の体調を確認しましょう

- 日常生活での自分自身の血糖値をより詳しく確認できる
- 食事、運動療法を行ってきた効果を確認できる
- 高血糖や低血糖の予防
- インスリン注射をされている方は注射量の判断に役立つ

感染予防に体調変化を意識しましょう

感染症のリスクを減らすためには、血糖値が高くならないように自分で体調の変化がないか観察を行ってください。高血糖の症状である口渇、多飲、多尿、体重減少など体に変化が現れたら、かかりつけの医師に相談してください。