



## 血糖コントロールの対策はなぜ大事？

北病院外来 看護師  
糖尿病看護認定看護師  
前田 るみ

かぜやインフルエンザなど冬の感染症が流行しやすい季節になりました。糖尿病の人は、色々な感染症にかかりやすく、悪くなりやすいといわれています。感染症にとって、血糖が高いことは好都合です。ウィルスや細菌と闘う感染防御機能が弱いので侵入しやすいからです。また細い血管の血液の流れが悪いので栄養不足の細胞をやっつけ易く、神経障害で症状に気付かれない、その上感染すると血糖は普段より高くなり好循環というわけです。感染症にとっては、もってこいの環境です。

やられっぱなしではいけません。流行前のワクチン接種、マスクをつける、手洗いなど予防策が重要です。そして普段からの血糖コントロールが、感染症にかかりにくく早く元気になる何よりの対策といえます。



(血糖の測定器)