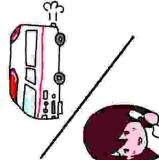


## 【危険信号!! こんな症状が出たら、自宅療養を指示されても、すぐ病院に連絡しよう!!】

- ・速い呼吸、呼吸困難、息切れ
- ・子供の場合は、以下のようないふな場合もあります
- ・激しいかんしゃやなど落ち着きを無くす
- ・胸や腹部の痛み、または圧迫感
- ・急激な、または継続的なおう吐
- ・突然のめまい
- ・昏睡や意識混濁、意識喪失
- ・熱や咳(せき)などの症状がいつまでたつても緩和せず、ひどくなつていく
- ・血糖値が 60mg/dL 以下、または 300mg/dL 以上に留まる
- ・急速な体重減少(高血糖状態のサイン)



こんな症状が出ていたら、重症化や肺炎等の合併症の併発、糖尿病の悪化などが考えられます。迷わず病院に連絡してください。

### ～監修者からのメッセージ～

新しく人の間で流行が始まった由来インフルエンザウイルス（S-OIV）による症状は、日頃経験する季節性インフルエンザ様症状（発熱、喉頭痛、筋肉痛など：インフルエンザウイルスと同様です。S-OIV の病気の強さ（病原性）も、通常の季節性インフルエンザウイルスと同じレベルで、感染力は麻疹や水痘と比べると弱く、同じ部屋に 1 時間一緒にいても感染を受けないと考えられています。



インフルエンザにかかると、抗インフルエンザ剤（タミフル®、リレンザ®）を使用しなければ、38℃以上の熱が数日続きます。10 歳代以下のこどもでは、抗インフルエンザ剤の使用、未使用に問わらず、インフルエンザ発症 48 時間以内は、「うわごと」を言ったり、誤のわからぬことを言つたり（異常言動）、怖い夢を見たり、突然起きだして動き出したり、時に道へ飛び出したり（異常行動）、と、子どもの行動に注意が必要です。

慢性肺疾患を持つ人、慢性心疾患を持つ人、免疫不全の人、妊娠、糖尿病（肥満をともなうタイプ）の人などは、季節性、新型を開わず、インフルエンザを発症すると重症化するリスクの高い人たちです。糖尿病の人では、日頃のコントロールが悪いときは要注意です。インフルエンザで入院を必要とする人は、熱によりけんをした人（特に脳症の危険があり）、異常行動をした人、脱水をしている人、肺炎を合併している人、重い中耳炎を合併している人、などです。

日頃の糖尿病のコントロールが S-OIV への備えです。S-OIV が新型インフルエンザウイルスならば、登場してから 3 年のうちに誰でも一度はかかる病気です。S-OIV を怖がらずに対応してください。かかりつけ医はあなたを支えます。心配事はぜひ相談してみてください。

国立病院機構三重病院院長 鹿原俊昭先生 小児科医 H20年度厚労省アレルギシッククチナ研究班長

このマニュアルは 2009/6/1 現在の状況に基づついて作成されています。新型インフルエンザについての最新の情報や流行地域は、厚生労働省のホームページや地元自治体等でご確認ください。

## 特定非営利活動法人 日本IDDMネットワーク

〒840-0801 佐賀県佐賀市駅前中央 1-8-32 iスクエアビル3階  
市民活動プラザ内 レンタルスペース No.42  
E-mail: i-net@is.ocn.ne.jp TEL/FAX: 0952-20-2062  
<http://www5.ocn.ne.jp/~i-net/top.html>



## 糖尿病の人向け新型インフルエンザマニュアル

発行: 特定非営利活動法人日本IDDMネットワーク 協力: 特定非営利活動法人みえ防災市民会議  
監修: 国立病院機構三重病院 院長 鹿原俊昭先生 発行日: 2009/06/23

### 多くの糖尿病の人は、インフルエンザに感染しても、重症化しません!!

#### 前向きな心構えが大切です♪

今回の新型インフルエンザやさまざまな情気に打ち勝つためには、体が病気気に打ち勝つ力（免疫力）を高めておくことがとても大切です。  
糖尿病であっても、適切に対処すれば新型インフルエンザは命に関わる病気ではありません。

### 重症化する可能性が高い人は???

【心がけよう!!】

・バランスのとれた栄養の摂取  
・毎日8時間以上の睡眠  
・適度な運動  
・適切な血糖管理  
・前向きな気持ち(よくはない)

### ～監修者からのメッセージ～

私は 17 才発症で現在 38 才、妻は 27 才発症で現在 33 才の 1 型糖尿病夫婦ですが、私は 5 年前に、妻は 3 年前にそれぞれ季節性インフルエンザに罹患しましたので、そのときの経験をふまえてコメントさせていただきます。  
私の場合、体調不良になつた直後から高熱(39~40 度)と全身倦怠感があつたのですが、症状が出来て 1 日半の時点での病院を受診し、その場でインフルエンザと特定(簡易キットで B 型と判定)されました。処方された抗インフルエンザ薬のリレンザ®も奏功したようで、自宅に帰つてからすぐに熱は 38 度前後まで下がり、倦怠感もかなり緩和された覚えがあります。リレンザ®以外には、通常の「シック・デイ」対応(基礎インスリンを多めにし、電解質と水分を常に補給すること)を心懸け、発症から 4 日ほどで熱は治まり、約 1 週間で職場に復帰することができました。

一方、妻の場合は、体調不良を訴え始めた日の夜中にかなりの高熱(39 度前後)となつたため、夜間緊急外来の診察を受けたところ、「インフルエンザに罹患し、ケトーシスを起こしている」と診断されました。ケトーシスとの診断は意外だったのですが、1 型糖尿病患者がインフルエンザに罹った場合、やはり一般健常者よりも、こうした代謝系の異常を生じ易いようです。また、タミフル®の処方を受けてそのまま自宅で療養しようとしたところ、「ケトーシスを起こしているので、厳格な体調管理が必要」とことで、そのまま入院扱いとなってしまいました。結局 3 日間入院し、1 日は自宅安静、職場復帰までは合計 5 日を要しました。  
これら 2 例の経験から、私は、「1 型糖尿病であつても重症化の心配はありません」と、「1 型糖尿病だと必ず重症化します」とも言い切れません。ただ、インフルエンザと疑われる症状が出了した場合、自分で判断・対処しようとせず、できる限り早期に医療機関を受診するようにし、専門医の判断を仰ぐ必要があると、実感しました。

食勢 謙介 (1 型糖尿病 17 才発症 歴 21 年)

