

感染症に負けない 身体づくり

一宮西病院 看護部

糖尿病患者さんが感染症にかかりやすい理由

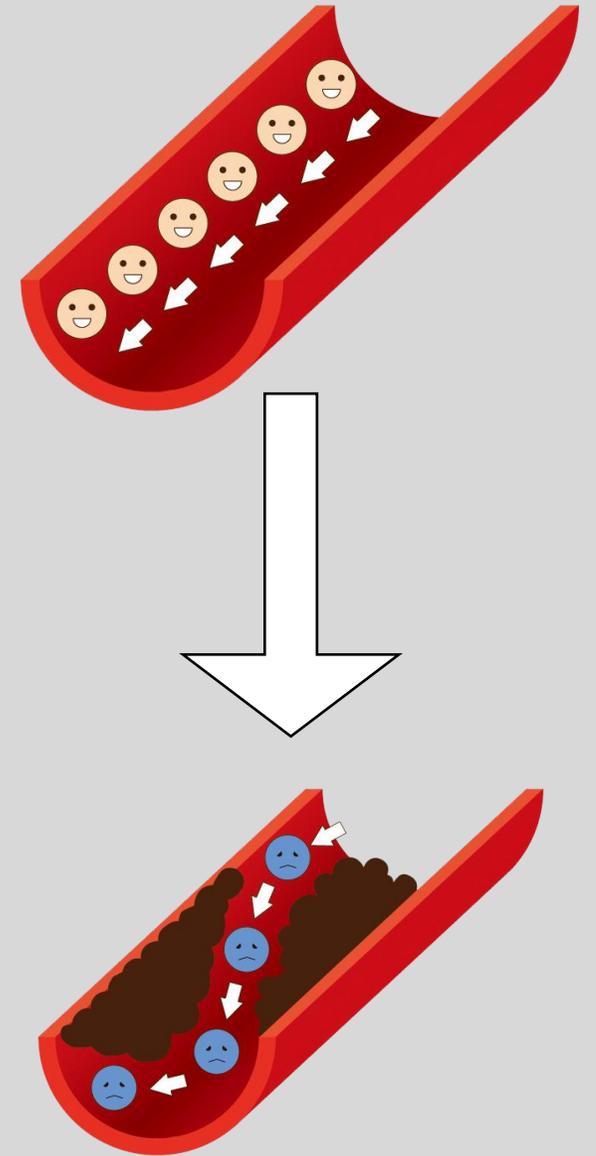
高血糖による
免疫力の低下

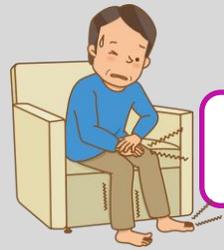
糖尿病合併症に
関連する病態

- 糖尿病患者さんが、感染症にかかりやすい、重症化しやすいといわれる理由は大きく分けてこの二つです

高血糖による 免疫力の低下

- 血糖管理が悪くなると、高血糖の状態が続きます。
- 高血糖の状態が続くと、体内で菌と戦う白血球の働きが悪くなり、免疫力が低下すると言われています。





神経障害



網膜症

腎症



糖尿病合併症に 関連する病態



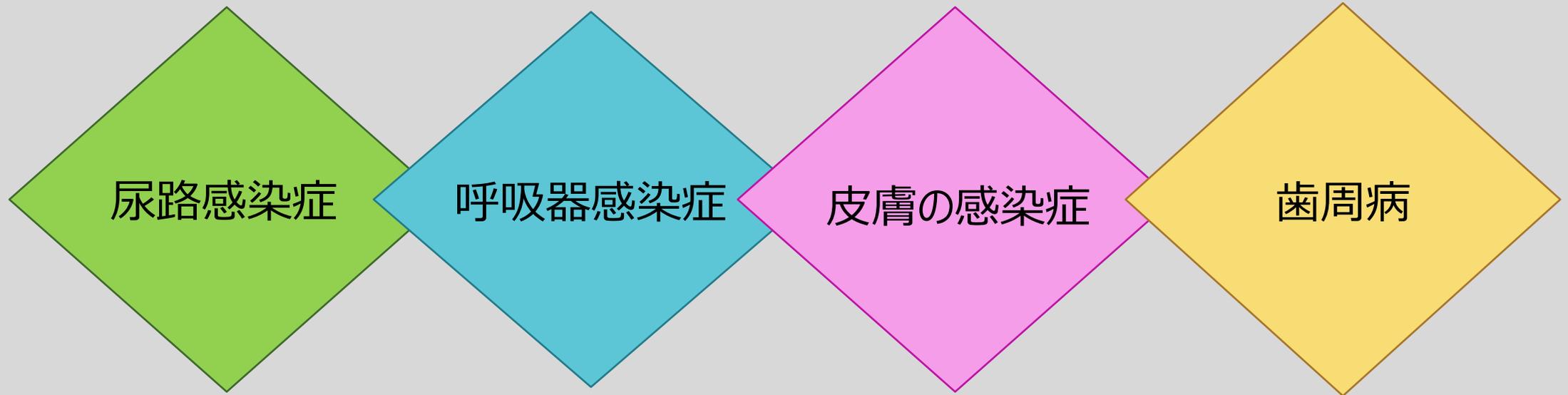
脳梗塞・心筋梗塞

末梢性動脈疾患



- 神経障害では、指先の感覚が低下し、けがややけどをしても気が付かない場合があります。
- 網膜症では、視力低下がおこり、傷に気が付きにくくなります。
- 腎症では、人工透析をしている場合では感染症の重症化に影響すると言われています。
- 動脈硬化が進行すると、血管が固くなることで傷が治りにくくなり、悪化すると感染症を起こします。

かかりやすい感染症



糖尿病患者さんがかかりやすい感染症の多くはこの4つです。



尿路感染症

主に膀胱炎、腎盂腎炎があります。

- 症状は、頻尿、残尿感、発熱や寒気、吐き気、食欲低下などがあります。
- 治療は、抗生剤が使用されます。



呼吸器感染症

主に肺炎、肺膿瘍があります。

- 症状は、咳、発熱、息苦しさなどがあります。
- 治療は、抗生剤が使用されます。



皮膚の感染症

主に水虫（足白癬）、指の間のカンジダ症、傷からの感染があります。

- 症状は、乾燥、水疱などがあります。
- 進行すると糖尿病壊疽になります。
- 治療は、清潔の保持と抗菌薬、真菌薬が使用されます。
- フットケアが大切になります。



歯周病

歯周病は細菌感染による歯周組織の慢性的な炎症のことです。

- 症状は、歯肉の腫れ、出血、歯茎が下がるなどがあります。
- 定期的に歯科受診をします。

皮膚の感染症



たこ



うおのめ



乾燥やひび割れ



爪肥厚

足によくみられる症状です。悪化すると感染症を起こします。



巻き爪



陥入爪



爪白癬



趾間型白癬

白癬は感染が起きている状態です。

👣 このような症状を予防するためにフットケアが大切です 👣

糖尿病から足を守るフットケアの方法

①まずは足の観察をします。

- 視力低下やご自身で観察できない場合はご家族に協力してもらいましょう。
- 指先、指の間、かかと、足の裏、足全体の観察をしましょう。

②足を綺麗に洗います。

- 皮膚の刺激となるため、強く擦らず泡で優しく洗い、洗い残しが無いようにすすぎましょう。
- 指の間は感染を起こしやすいので、タオルで優しく水分をふき取り乾燥させましょう。
- 保湿クリームで足全体を保湿しましょう。ただし、湿って水虫の原因になることがあるため、指の間に使用するのは避けましょう。

③爪をカットします。

- 伸び過ぎ、深爪はどちらも足病変の原因となります。

④足に合った靴下・靴を選びます。

- 靴下は白、靴は足に合ったスニーカーを選びましょう。
- 詳しくはフットケア外来でご案内しています。

一宮西病院 フットケア外来のご案内



- 糖尿病を持つ方が、足のトラブルを防ぎ、いつまでもご自身の足を守っていただけるよう、糖尿病認定看護師又は糖尿病療養指導士が、それぞれの患者様に適した足のお手入れを行います。
- 日々のお手入れ方法を一緒に考え、ご自身やご家族でケアができるよう、ケア方法のアドバイスをさせていただきます。

※フットケアが可能な患者様には以下の条件があります。

※フットケアご希望の方は診察時に医師へご相談ください。

※足の状態によっては皮膚科医師の対応になる場合がございます。

※費用、実施内容などの詳細は、院内ポスター又はホームページをご覧ください。

<対象者>

当院の内分泌内科、又は一般内科に通院中で、『糖尿病』の診断を受けている方

<条件>

上記の方で、以下のうち1つ以上に該当する方、診察の予約ができる方

- ①足潰瘍や足趾(足の指)・下肢切断の既往がある方
- ②閉塞性動脈硬化症の診断を受けている方
- ③糖尿病神経障害の診断を受けている方



お問合せ先 0586-48-0077(月)～(金)13:00～17:00 内分泌内科「フットケア希望」とお伝えください。

感染症の予防

POINTは
この3つ

適切な血糖管理

運動・食事・服薬で
治療を続け
ましょう

体調を 気にかけてよう

体調に変化や
皮膚、口の中に傷・異常
がないか確認
しましょう

予防接種

インフルエンザ、
肺炎球菌、コロナ等の
予防接種を推奨
しています

感染症にかかってしまったら…

- 発熱、下痢、嘔吐などにより食事が摂れないなど、体調の悪い日をシックデイと言います。



- 血糖コントロールが悪くなるので早めに対応することが必要です。
 - 病気になると、ストレスホルモン分泌やインスリン作用低下が起こり、血糖が高くなりやすくなります。
 - 食事が摂れず低血糖となる可能性もあります。
-
- このような症状がある時は、**シックデイルール**に従って対応します。

感染症にかかってしまったら…

シックデイルールに従って対応しましょう

★暖かくして安静にする

- 体力の消耗を防ぎ、回復が早まります

★食事・水分・ミネラルを摂取する

- 発熱や下痢、嘔吐があれば脱水になるので予防しましょう
- 症状も悪化しにくくなります

★早めに医療機関へ相談する

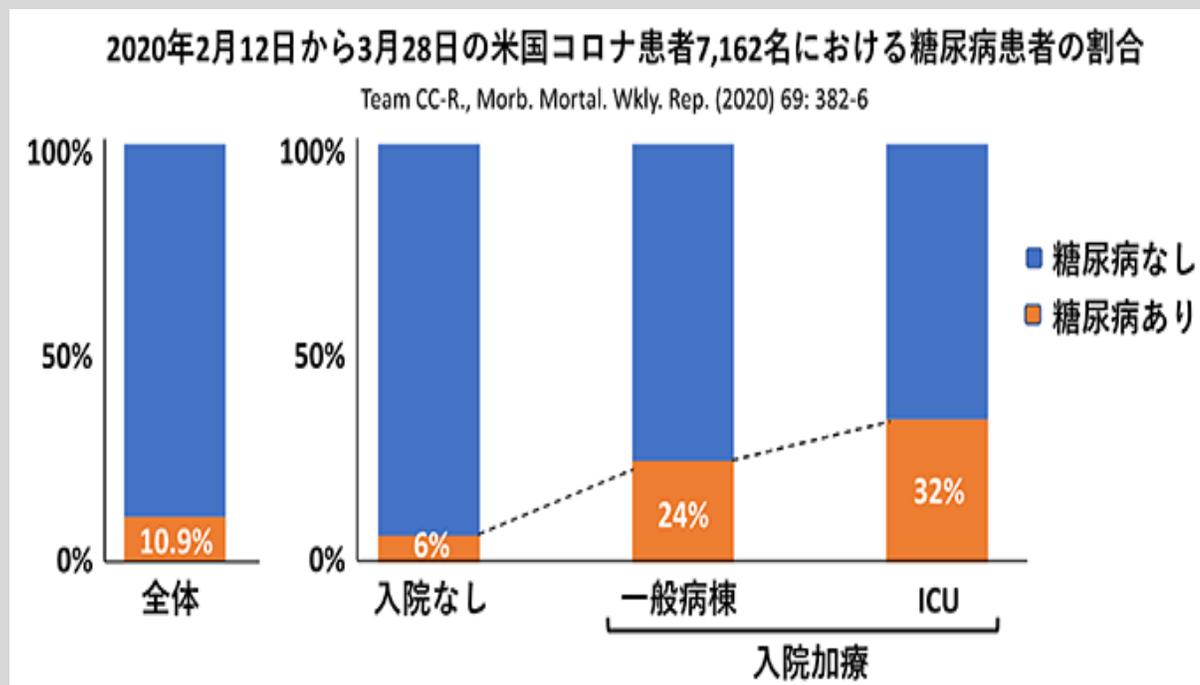
- 下痢や嘔吐で食事が全く摂れないとき、激しい腹痛があるとき
- 38度以上の高熱が続くとき

★症状を記録しておく

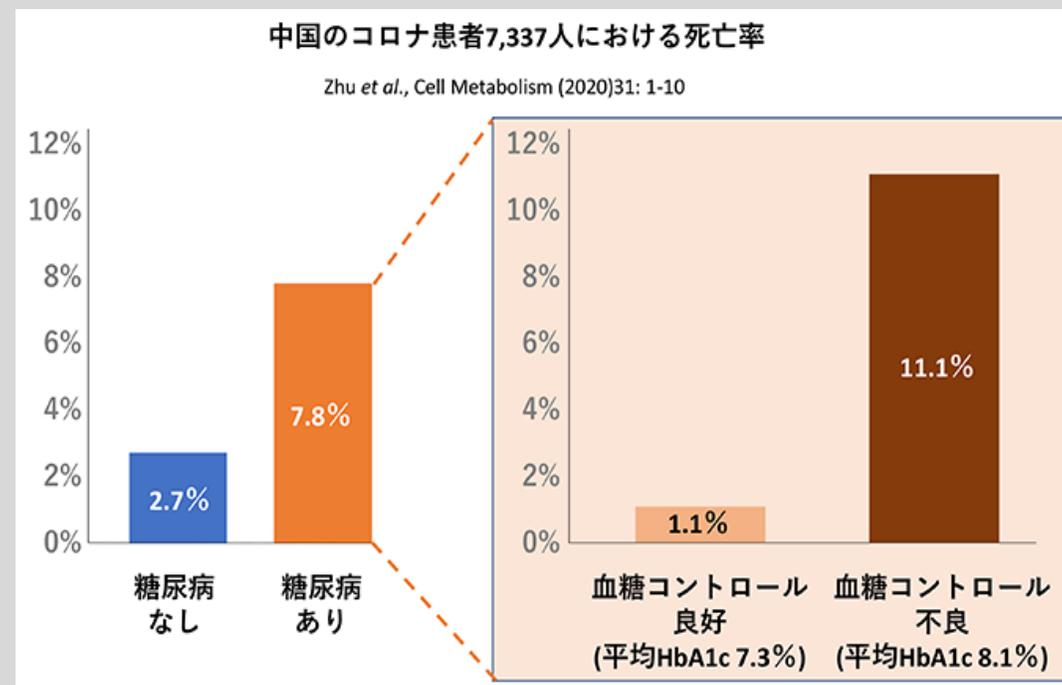
- 血糖値、体温、脈拍、血圧、食事・水分摂取量、自覚症状を把握する
- こまめなチェックがあると、医師も適切に対応しやすいです

糖尿病と新型コロナウイルス感染の関係

アメリカのコロナ患者を対象
コロナの治療状況別
糖尿病患者の割合グラフ



中国のコロナ患者を対象
血糖コントロール状況ごと
死亡率のグラフ



(日本糖尿病協会ホームページより抜粋)

新型コロナウイルス感染症と日常生活

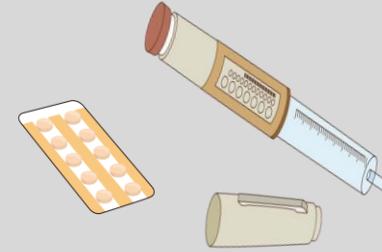
- 糖尿病があると、コロナ感染症では重症化するリスクがあります。
- 重症化しないためには、**普段の血糖コントロール**が大切です。
- 自粛生活であっても、**手洗い・手指消毒・マスク**の感染対策と三密を避け、規則正しい生活と運動療法を続けましょう。
- 外出控えで体重が増加、血糖値が上昇している場合は、**体重測定を行い、食事内容を見直してみる**と良いでしょう。



●もしも、新型コロナウイルス感染症にかかってしまったら・・・

- シックデイルールに従いましょう。
- 医療機関を受診し医師の指示に従いましょう。

最後に



- 「**運動療法**」 「**食事療法**」 「**薬物療法**」 は継続しましょう。
- シックデイになっても、服薬は自己中断せず、
必ず医療機関を受診しましょう。
- 医師の相談の上、当院**フットケア外来**をご活用下さい。



困ったこと、心配なことがありましたら
いつでもご相談ください。