

# シックデイ

(薬剤師用)

## ●シックデイって何？



シック デイ・・・

- ・シック(sick) ⇒ 体調が悪い、病気の
- ・デイ(day) ⇒ 日



- ◆ **糖尿病の治療薬を使用している人が、病気により、下痢、発熱、嘔吐などの症状を起こし、食事が十分にとれなくなる場合**
- ◆ **血糖コントロールが不安定となり、高血糖や低血糖の状態になりやすくなる**

脱水症状や食事摂取不良に伴い、血糖値を維持する体内のバランスが崩れやすくなるため、血糖コントロールが不安定になる

## ●シックデイ時の対応策は？

- ① **1日1L以上水分をとる。** ← 脱水予防のため。水分摂取の目標は1時間当たり100ml。
- ② **消化の良い食べ物**をとって何も食べないのは避ける。 ← 食事は糖質の補給が最優先(1日当たり100~150g以上)。おかゆ、うどんなど消化しやすいもの。
- ③ **血糖自己測定**を行っている方は、**血糖測定**を頻回に行う。

3~4時間ごとに測定。  
350mg/dL以上の時は病院へ。

こんな症状の時は病院に連絡して下さい！

- \*嘔吐や下痢がひどく、半日以上続く時
- \*食事がまったくとれない時
- \*高熱が2日以上続く場合 ← 高熱の目安:38度以上
- \***薬の量の加減が分からない時**

薬剤師からのお願い



**薬を自己判断で中止しないでください。**  
**予めシックデイ時の薬の対応を主治医と相談してください。**



シックデイ時の一般的な薬の対応策はあるの？



## シックデイ時の薬の調整の目安 (薬剤師用)

### ●インスリン以外

お薬のグループ	主食量 2/3 以上	主食量 1/3~ 2/3	主食量 1/3 以下	薬剤師コメント
SU 薬	通常量	半量 ※	中止	インスリン分泌促進薬は、食事が不十分な時は低血糖が起こりやすくなるため、食事量に合わせて服用量の調整が必要。食事摂取量の低下や栄養吸収の阻害により血糖値が低下するため。【2.3】
速攻型 インスリン 分泌促進薬	通常量	半量 ※	中止	インスリン分泌促進薬は、食事が不十分な時は低血糖が起こりやすくなるため、食事量に合わせて服用量の調整が必要。内服後すみやかに膵β細胞からインスリン分泌を促進させるため服用後低血糖を誘発する可能性があるため。【2.3】
α-GI 薬 ★	中止	中止	中止	消化器症状の副作用があるため、嘔気・下痢症状がある時は特に中止。食事摂取しないで内服を続けると低血糖のリスクが上昇する。【1.3】
ビグアナイド薬 ★	中止	中止	中止	特に嘔吐、下痢症状がある時は中止する。脱水状態の時は乳酸アシドーシスが起こりやすくなるため中止。【3】
チアゾリジン薬	通常量	中止	中止	シックデイ時も比較的安全に服用できるが食事量 1/3~2/3 以下であれば中止。短期間(約 1 週間)の中止により血糖が変動する可能性が低く、併用内服 DM 薬の継続・中止に合わせても問題ない。【1.3】
DPP-4 阻害薬 ★	通常量	中止	中止	シックデイ時も比較的安全に服用できるが食事量 1/3~2/3 以下であれば中止。食事量による血糖変動は少ないが、消化器系副作用により、症状が悪化する可能性がある。【1.3】
SGLT2 阻害薬 ★	中止	中止	中止	尿量を増やす作用によりシックデイの脱水を悪化、また低栄養症状を悪化するとの報告があるため中止。【3】
GLP-1 受容体 作動薬★	中止	中止	中止	食欲を低下させ、消化管の運動を抑制させる作用があるため中止。【1】

★特に消化器症状(嘔吐、下痢)の症状があるときは中止してください。

※お薬を半量に分割できないものは中止しましょう。

合剤系・・・対応がより厳しい方の調整法に合わせる(例：メタクト配合錠は、ピオグリタゾンより対応が厳しいメトホルミンの方の調整法で。食事量 2/3 以上であれば通常量の内服ではなく、中止で。)

【】：引用元・・・【1】 糖尿病療養指導ガイドブック 2017、【2】 さかえ 2015 年 11 月号、【3】 メーカー

### ●インスリン

お薬のグループ	主食量 2/3 以上	主食量 1/3~2/3	主食量 1/3 以下
追加インスリン(超速効型・速効型)	通常量注射	半量注射(端数切捨て)	中止
基礎インスリン(中間型・持効型)	原則インスリン量は変更しない		
追加+基礎インスリン(混合型)	通常量注射	事前に主治医と相談しておくことが望ましい	

#### ◎ポイント

通常、食事の前に飲む・注射するお薬は、シックデイの時は、食べられた量を確認して、食後 15 分以内に飲む・注射をするようにしましょう。

上の表はあくまでも一般的な目安です。インスリンは特に厳密な調整が必要になります。自分の判断でインスリンの量を調節せず、主治医の指示に従いましょう。